

## INTRODUÇÃO

A saúde mental é um dos maiores desafios globais, com alta prevalência de transtornos de ansiedade (9,3%) e depressão (5,8%) no Brasil.

Farmácias possuem maior capilaridade que UBS, tornando-se pontos estratégicos para ampliar o cuidado em saúde mental.

## OBJETIVO

Promover a atuação do **farmacêutico clínico** na atenção primária, com foco em:

- **Psicanálise** (escuta qualificada, vínculo terapêutico).
- **Fitoterapia** (plantas medicinais como passiflora, valeriana, erva-de-são-jão).
- **Neurosuplementação** (triptofano, ômega-3, magnésio, vitaminas).
- **Mudança de estilo de vida** (sono, alimentação, movimento e meditação).

## METODOLOGIA

Pesquisa bibliográfica, baseada em literatura científica, documentos oficiais e dados epidemiológicos.

Complementada por estatísticas da OMS, Anvisa e Ministério da Saúde.

## RESULTADOS

**Psicanálise** → melhora na adesão terapêutica, redução da medicalização.

**Fitoterapia** → alternativa eficaz em casos leves/moderados de ansiedade e depressão.

**Neurosuplementação** → suporte nutricional para neurotransmissores.

**Estilo de vida** → impacto direto no eixo intestino-cérebro e regulação emocional.

Farmacêutico clínico = **profissional-chave no suporte terapêutico multidisciplinar.**

## CONCLUSÃO

A integração de **abordagens complementares** na farmácia clínica pode ampliar o acesso, humanizar o cuidado e reduzir a medicalização excessiva.

O farmacêutico clínico é peça-chave na **atenção primária à saúde mental**, articulando ciência, escuta e práticas integrativas.

## REFERÊNCIA

VIRTOS, Odair; SUGIYAMA, Mitiko; VIRTOS, André. *A Relação Eixo Intestino-Cérebro na Depressão & Biomarcadores*. São Paulo: Clube de Autores, 2023.  
VIRTOS, André; SUGIYAMA, Mitiko; VIRTOS, Odair. *NeuroStress: Tratamento de Transtornos Mentais através do Monitoramento dos Neurotransmissores*. São Paulo: Clube de Autores, 2023

