



UNICEPLAC
CENTRO UNIVERSITÁRIO

Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC
Curso de FARMÁCIA
Trabalho de Conclusão de Curso

O FARMACEUTICO DO SÉCULO XXI
E o impacto a sua saúde mental diante as mudanças
na profissão em farmácias e drogarias na atualidade.

Gama-DF
2022

GABRIELLY PINTO TORRES

**O FARMACEUTICO DO SÉCULO XXI
E o impacto a sua saúde mental diante as mudanças
na profissão em farmácias e drogarias na atualidade.**

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Farmácia pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Orientadora: Prof (a). Ma. Simone Cruz Longatti
Coorientadora: Prof (a) Ma. Viviane A. Fernandes

Gama-DF
2022

GABRIELLY PINTO TORRES

**O FARMACEUTICO DO SÉCULO XXI
E o impacto a sua saúde mental diante as mudanças
na profissão em farmácias e drogarias na atualidade.**

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Farmácia pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Gama-DF, 13 de junho de 2022.

Banca Examinadora

Prof. Prof (a). Ma. Simone Cruz Longatti
Orientador(a)

Prof (a) Ma. Viviane A. Fernandes
Coorientador(a)

Prof. (a) Ma. Juliana Bicalho
Banca Examinadora

Prof. Me. João Marcos
Banca Examinadora

O FARMACEUTICO DO SÉCULO XXI

E o impacto a sua saúde mental diante as mudanças na profissão em farmácias e drogarias na atualidade.

Gabrielly Pinto Torres ¹

Resumo:

Este artigo é uma Revisão Bibliográfica que possui como objetivo apresentar e questionar o cotidiano do farmacêutico que trabalha em farmácia/drogaria no século vinte e um. Qual é o impacto de tudo isso a sua saúde mental, por exemplo, a síndrome de burnout que está cada vez mais comum em farmacêuticos comunitários, qual foi o reflexo na saúde mental deles com a Pandemia Covid-19. Como o profissional farmacêutico deve se apresentar no mercado de trabalho para se manter atualizado e quais são as técnicas que ele precisa desenvolver para lidar com as mudanças na profissão, com a sobrecarga mental e ser um profissional de referência.

Palavras-chave: 1º Farmacêutico; 2º Saúde Mental; 3º Século XXI; 4º Farmácia Comunitária; 5º Burnout; 6º Tecnologia Farmacêutica; 7º Farmácia Clínica.

Abstract:

This article is a Bibliographic Review that aims to present and question the daily life of the pharmacist who works in a pharmacy/drugstore in the twenty-first century. What is the impact of all this on your mental health, for example the burnout syndrome that is increasingly common in community pharmacists, what was the reflection on their mental health with the Covid-19 Pandemic. How the pharmaceutical professional should present himself in the job market to keep up to date and what are the techniques he needs to develop to deal with changes in the profession, with mental overload and be a reference professional.

Keywords: 1º Pharmacist; 2º Mental Health; 3º Century 21; 4º Community Pharmacy; 5º Burnout; 6º Pharmaceutical Technology, 7º Clinical Pharmacy.

1Graduando(a) do Curso de Farmácia, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: gabriellytorres98@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

Diante dos registros oficiais feitos por Galeno (131 – 200 d. C.), a profissão farmacêutica é muito importante para a sociedade e uma das mais antigas também, os farmacêuticos eram conhecidos como boticários, no qual possuíam hortos e cultivos de plantas medicinais que preparavam fórmulas com propriedades terapêuticas consideradas remédios para a população, também houve grande influência dos árabes, que tinham laboratórios e praticavam alquimia para preparação de medicamentos, em seguida a profissão foi oficializada e com isso a formação das Universidades. No fim século XIX e no início do século XX com os avanços da tecnologia da época tornou-se mais fácil a obtenção de matéria-prima e o desenvolvimento de formulas sintéticas através do crescimento da indústria farmacêutica (Cabral *et al.*,2015).

No século XX ocorreu uma revolução na profissão farmacêutica com a industrialização de toda a matéria-prima, e foi nesse contexto que o farmacêutico acabou perdendo um pouco da sua essência, o foco passou a ser o produto, e ele um mero dispensador de medicamentos. (Pereira, Nascimento, 2011)

Em 1990, no início só século XXI nos Estados Unidos surgiu um novo conceito chamado “*Pharmaceutical Care*”, que significa Cuidado Farmacêutico, e passou a ser desenvolvido com a definição de utilização racional de medicamentos, cuidados com a dispensação, e com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Nos anos 60 começou-se a abordar medidas em que o farmacêutico se torna peça essencial através da farmácia clínica, analisando possíveis reações adversas de medicamentos, promovendo o uso racional, principalmente na área hospitalar, então surgiu-se o conceito de Farmácia Comunitária e o profissional farmacêutico passou a cada vez mais importante. Em 2001 ocorreu o encontro da Organização Mundial de Saúde que definiu o papel do farmacêutico nessa nova era não foca apenas na dispensação do medicamento na drogaria, farmácia hospitalar ou farmácia de manipulação, ele precisa ter foco na educação em saúde, dispensação correta, necessidade de uso, uso racional de medicamentos, trabalhar junto com a equipe interdisciplinar para melhorar a qualidade de vida do indivíduo (Ilkova Angelov, 2018).

Em 2004, o Ministério da Saúde divulgou a Resolução nº 338, de 06 de maio de 2004, que aprova a Política Nacional de Assistência Farmacêutica, que tras os princípios: Ações voltadas à promoção, proteção e recuperação da saúde, tanto individual como coletiva, tendo o medicamento como insumo essencial e visando o acesso e ao seu uso racional, a seleção, programação, aquisição, distribuição, dispensação, na prevenção de doenças, promoção e recuperação da saúde, de forma integrada à equipe de saúde. É a interação direta do farmacêutico com o usuário (Nicoletti , Kinue Ito, 2017).

Com o passar dos anos e a tecnologia, o mundo farmacêutico continua passando por transformações, agora com a nova visão, a chamada “Farmácia do Futuro” que começou a trazer tecnologia e inovações, precisa-se acompanhar as mudanças e atualizações do mercado de trabalho e adequar-se a elas para estar apto para desenvolver o serviço, principalmente com os avanços da era tecnológica e digital que a cada dia renova trazendo mais informações, além de conhecer sobre medicamentos, dispensação de receituários, legislações, portarias, o farmacêutico para conseguir atuar precisa se manter atualizado, é necessário que saibam no mínimo informática básica, na atualidade já começaram a ocorrer prescrições e receituários digitais que foram formalizados pela Lei nº 13.989/2020 e pela Portaria nº 467, de 20 de março de 2020 por conta da pandemia Covid-19, e o atendimento via online, o trabalho com robôs que guardam medicamentos, fazem conferência de estoque e fazem o trabalho junto com o farmacêutico, facilitando a vida do mesmo para que ele tenha mais tempo dedicado ao cliente/paciente sendo a tendência disso se tornar cada vez mais próximo na nossa realidade (Alam, S.,Sawar, et al, 2018).

Diante do exposto, deve-se pensar qual é o impacto dessas mudanças na saúde mental do farmacêutico, será se o profissional que trabalha em uma drogaria por exemplo, está preparado para lidar com as transformações que estão chegando no dia a dia, ou tem preparo mental para fazer o serviço burocrático de responsável técnico, e estar disponível para realizar um atendimento farmacêutico, o mesmo indivíduo que está acostumado com serviços administrativos que se formou a mais de 30, 20, 10 anos, será se tem conseguido conciliar e acompanhar essas mudanças, e porque profissionais de saúde, inclusive farmacêuticos estão tendo cada vez mais síndrome de burnout com o passar dos anos, e como a classe farmacêutica deve se portar diante disso é o que este artigo irá apresentar.

2 PROCEDIMENTO METODOLÓGICO

Este trabalho é uma revisão bibliográfica integrativa, que busca através de revisão de publicações nacionais e internacionais sobre o profissional Farmacêutico do Século XXI, Farmácia Comunitária, as atualizações e tecnologias no Mercado Farmacêutico, Saúde Mental, Burnout, e também o impacto na Saúde Mental dos Farmacêuticos Durante a Pandemia do Covid, com o propósito de apresentar e questionar através do encontrado e proporcionar uma nova perspectiva sobre a profissão e o bem estar do profissional farmacêutico diante do exposto. A busca foi feita através da Revista Nacional de Saúde, PubMed, Scielo e Artigos de Relevância importantes encontrados no Google Acadêmico, através das Palavras Chave: 1º Farmacêutico; 2º Saúde Mental; 3º Século XXI; 4º Farmácia Comunitária; 5º Burnout; 6º Tecnologia Farmacêutica e 7º Farmácia Clínica, abaixo temos uma planilha que mostra todos os artigos encontrados com as palavras chaves e com filtros até o dia 22 de maio de 2022, um dos principais filtros foram delimitar o tempo de 2002 até 2022, para encontrar artigos feitos até 20 anos atrás, outra forma de pesquisa foi colocar a palavra-chave especifica junto com a palavra farmácia ou farmacêutico.

Planilha 1

PALAVRA CHAVE	BVS: Sem Filtro	BVS: Com Filtro	PUBMED: Sem Filtro	PUBMED: Com Filtro	SCIELO: Sem Filtro	SCIELO: Com Filtro	Google Acadêmico : Sem Filtro	Google Acadêmico: Com Filtro
Burnout:	26.970	314 (2002-2022)	22.956	147 (2002-2022)	1522	2 (2002-2022)	1.400.000	567.000 (2002-2022)
Saúde Mental:	885.955	2.289 (2002-2022)	2278	2	9319	11	651.000	16.300 (2002-2022)
Farmácia Clínica:	42.392	2.060 (2002-2022)	1361	1171 (2002-2022)	221	33	166.000	17.400 (2002-2022)
Farmacêutico:	205.346	1.558 (2002-2022)	899	504 (2002-2022)	864	845 (2002-2022)	67.900	15.900 (2002-2022)
Farmácia Comunitária:	23.644	2.329 (2002-2022)	103	102 (2002-2022)	106	105 (2002-2022)	47.600	15.600 (2002-2022)
Século XXI:	58.410	152 (2002-2022)	46	0	777	3	770.000	16.300 (2002-2022)
Tecnologia Farmacêutica:	26.639	119 (2002-2022)	2.068	1897 (2002-2022)	152	141 (2002-2022)	135.000	16.100 (2002-2022)
Drogaria	21	8 (2002-2022)	19.396	13.060 (2002-2022)	57	51 (2002-2022)	6.160	8.700 (2002-2022)

Fonte: *Autor*

Conforme a planilha acima, foram encontradas bastante publicações, foi notório que a busca com os filtros limitou bastante a quantidade, então para desenvolver esta revisão foram escolhidos dentre eles 20 artigos que tinham mais a ver com o conteúdo a ser descrito neste artigo e que irão ajudar a relatar a tese sobre o Farmacêutico do século XXI e o impacto a sua saúde mental diante as mudanças na profissão em farmácias/drogarias na atualidade.

3 APRESENTAÇÃO E ANÁLISE DOS DADOS

De acordo com (Investigação qualitativa da Prática Farmacêutica em drogarias do Distrito Federal 2017) cerca de 52% dos farmacêuticos do país estão trabalhando em Drogaria, e que também é quem está mais empregando no Brasil, por conta das Leis n. 5.991/1973 e 13.021/2014 que determinam que é necessária assistência técnica durante todo o funcionamento de estabelecimentos que manipulem, dispensem ou distribuam medicamentos (Melo, Valdete Aparecida De. I. 2017).

Tabela 1: Quantidade de Farmacêuticos no Brasil, até 20.04.2021, CFF.

[home > dados 2020](#)

[VOLTAR](#)

➤ DADOS 2020

DADOS 2020

DESCRIÇÃO	NÚMERO TOTAL REGISTRADO
Farmacêuticos inscritos nos Conselhos Regionais de Farmácia	234.301
Farmácias e drogarias comerciais	89.879
Farmácias com manipulação e homeopatia ^(*)	8.506
Farmácias hospitalares	6.771
Farmácia pública	10.841
Laboratórios de análises clínicas	9.697
Indústrias farmacêuticas	454
Distribuidoras de medicamentos	4.648
Importadoras de medicamentos	74

(*) Já estão incluídos no total de farmácias e drogarias comerciais.

Atualizado em 20/04/2021

Fonte: *Conselho Federal de Farmácia, 2022.*

Os farmacêuticos de Farmácias Comunitárias desenvolvem muitas funções, de acordo com o artigo “Atuação Farmacêutica em Drogarias, 2022” o farmacêutico possui um grande potencial como profissional de saúde e ainda há dúvidas sobre o papel que o mesmo desenvolve, deixando a entender que o mesmo não pode se limitar, por exemplo, o papel do farmacêutico em drogaria é bem extenso, vai desde serviços administrativos, gerenciais, responsabilidade técnica, atendimento no balcão. Ele precisa ser qualificado para atender todas as demandas e funções destinadas, como o registro de medicamentos, dispensação e controle de medicamentos de controle especial e antimicrobianos, verificar a intercambialidade de medicamentos, fazer o registro de toda mercadoria, entrada, saída e perda no SNGPC (Sistema Nacional de Gerenciamento de Produtos Controlados), controle de estoque, armazenamento, saber de toda a documentação necessária para o funcionamento do local atualizada e está atento aos prazos de validade, como a Licença Sanitária e os POPS (Procedimento Operacional Padrão). O responsável técnico também se responsabiliza pelas ações de sua equipe, então é necessário que ele conheça seus direitos e deveres para ser um profissional de excelência, e também treine, supervisione e oriente os colaboradores sempre. (Ramalho, P. T. A. ., & Baiense, A. S. R.2022)

A prática de assistência farmacêutica está passando por transformações com o passar dos anos, no século XX com a industrialização dos medicamentos que ocorreu por volta de 1940, e a transformação de boticas para farmácia o farmacêutico se afastou um pouco dessa prática, já que os medicamentos já vinham “prontos” não era tão necessário muito conhecimento técnico, então a presença do farmacêutico foi sendo desvalorizada, o contato de assistência farmacêutica e o elo que era criado direto com o paciente foi perdido, levando o foco do farmacêutico para outras áreas, como indústria, análises clínicas, e farmácia hospitalar (MELO, Valdete Aparecida de. I. 2017).

Segundo, a publicação do a do Centro Universitário – UNIEURO “Resgate da profissão Farmacêutica: Elo entre a Saúde e o Paciente” O afastamento da profissão farmacêutica do lugar original de trabalho (a farmácia) associado às transformações tecnológicas e funcionais caracteriza, uma perda de suas qualidades específicas, em especial o monopólio do conhecimento, a confiança pública e a perspectiva da autonomia do trabalho. Seu afastamento criou espaço para que leigos e comerciantes, sem qualquer conhecimento técnico, assumissem o seu "lugar", estimulando o consumo irracional de medicamentos e colocando em risco a saúde da população.

Nos Estados Unidos década de 60, os farmacêuticos que trabalhavam na área hospitalar e tinham a possibilidade de contato direto com pacientes e também de fazer parte da equipe multiprofissional iniciaram um movimento que se chamava “Pharmaceutical Care”, traduzido para o português significa Cuidado Farmacêutico, o qual estava envolvido com a revisão da farmacoterapia do indivíduo, o uso racional de medicamentos e a melhora na qualidade do tratamento e vida do mesmo (MELO, Valdete Aparecida de. I. 2017).

Esse movimento focou em resgatar o farmacêutico como profissional de saúde, em 1977 na Universidade Federal do Rio Grande do Norte ocorreu o primeiro serviço de Farmácia Clínica no Brasil, o que possibilitou a reaproximação do farmacêutico com o paciente, mantendo o foco no cuidado ao mesmo, porém, infelizmente ainda encontra-se dificuldades para implantação do serviço, como o excesso de tarefas burocráticas, conflito de identidade profissional, falta de formação profissional, indisponibilidade de tempo. (Barros, Marcia, Machado, 2021)

Segundo “Atuação profissional dos farmacêuticos no Brasil: perfil sociodemográfico e dinâmica de trabalho em farmácias e drogarias privadas, 2017” O profissional farmacêutico encontra-se em estabelecimento estratégico e de amplo alcance à população em farmácia/drogaria, o que o torna o profissional que tem o melhor acesso a promoção do uso racional de medicamentos, podendo praticar a Assistência Farmacêutica. No entanto, estudos apontam que esse trabalho na prática é mais difícil pela falta de um espaço privado para atendimento, e outras atividades administrativas e burocráticas que consomem grande parte do tempo (Oliveira, Naira Villas Boas Vidal, Et al, 2017).

Nesse artigo também foi citado que em 2002 um Consenso Brasileiro de Atenção Farmacêutica foi desenvolvido, com e nele foram listados em 7 tópicos as principais dificuldades encontradas, esse consenso foi realizado a 20 anos, mas é notório que alguns dos problemas citados ainda persistam na atualidade, são eles:

- (1) Crise de identidade profissional do farmacêutico e, em consequência, falta de reconhecimento social e sua pouca inserção na equipe multiprofissional de saúde, não representando um referencial como profissional de saúde na farmácia. Porém, existe uma busca de conhecimento como ferramenta para interferir no processo de melhoria da qualidade de vida da população e para que haja valorização do profissional farmacêutico no país.
- (2) Deficiências na formação, excessivamente tecnicista, com incipiente formação na área clínica. Descompasso entre a formação dos farmacêuticos e as demandas dos serviços de atenção à saúde, tanto públicos como privados e nos diferentes níveis, bem como daqueles referentes ao setor produtivo de medicamentos e insumos necessários ao âmbito da saúde. Falta de diretrizes e escassez de oportunidades de educação continuada;
- (3) Dissociação entre os interesses econômicos e os interesses da saúde coletiva, com predomínio dos primeiros, resultando na caracterização da farmácia como estabelecimento comercial e do medicamento como um bem de consumo, desvinculados do processo de atenção à saúde;
- (4) Prática profissional desconectada das políticas de saúde e de medicamentos, com priorização das atividades administrativas em detrimento da educação em saúde e da orientação sobre o uso de medicamentos;
- (5) Inequidade no acesso aos medicamentos, embora exista um compromisso crescente dos gestores, farmacêuticos e de outros profissionais de saúde com a garantia de acesso da população às ações de atenção à saúde, incluindo-se a Assistência Farmacêutica, tanto no setor público como privado; (Essa realidade começou a mudar com o surgimento do programa “Farmácia Popular” em 13 de abril de 2004 pela Lei nº 10.858).
- (6) Embora existam definições legais referentes à Assistência Farmacêutica e à política de medicamentos, há problemas referentes à sua efetiva implementação, incluindo-se a definição de mecanismos e instrumentos para a sua organização, avaliação e possíveis redirecionamentos;
- (7) Falta de integração e unidade entre as entidades representativas da categoria farmacêutica e outros segmentos da sociedade em torno das políticas de saúde.

(Consenso brasileiro de atenção farmacêutica: proposta / Adriana Mitsue Ivama ... [et al.]. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2002).

Agora no século XXI, com as mudanças na profissão e atualizações, a Atenção Farmacêutica vem estabelecendo novos papéis e responsabilidades para o farmacêutico em farmácias e drogarias, com a importância do farmacêutico em tempo integral dentro do estabelecimento a fim de promover saúde, e com a grande variedade de medicamentos

disponíveis no mercado, ter um profissional habilitado com o conhecimento especializado e garantir o uso correto de medicamentos é necessário. Mas este profissional nem sempre quer atuar nessa área, apesar de Farmácias/Drogarias serem os estabelecimentos que mais empregam no Brasil como citado acima, porém, são as muitas atividades desenvolvidas e com longas jornadas de trabalho, que podem impactar na percepção da saúde, qualidade de vida e dar sensação de falta de energia ou esgotamento. (D. S. Santos, T. D.Lima, D. S. Vieira, 2005)

Um estudo realizado em Santos (SP) mostrou que a classe farmacêutica está se afastando, e perdendo o interesse de trabalhar em drogaria, a pesquisa com profissionais foi feita com 88 pessoas no total, 37 profissionais da área de dispensação e 51 profissionais de outras áreas, e os fatores que estão levando a esse desinteresse são: não ter perspectiva de crescimento na empresa (63%) e baixo salário (63%), seguido pelo fato de se sentir igualado a um balconista (50%). O que nos faz repensar sobre, qualidade de vida dos farmacêuticos que trabalham em farmácias e drogarias, quais são os fatores que desestimulam esses profissionais?

Em 2021 foi publicado um estudo brasileiro sobre esse assunto, o tema é: “Pesquisa da qualidade de vida do profissional farmacêutico de rede de drogarias, 2021” realizado na cidade Belém (PA), com o objetivo de avaliar a qualidade de vida entre farmacêuticos que trabalham em drogarias, apontou-se que a sobrecarga de trabalho e múltiplas funções tem um impacto negativo por muitos entrevistados, e os resultados obtidos foram: problemas de sono, falta de energia, percepção ruim da saúde, baixa qualidade de vida; pouco ou falta de sentido da vida; que alternam momentos de segurança na tomada de decisão com insegurança; acham que o trabalho impacta, em alguma extensão, em sua aparência; e demonstram insatisfação consigo mesmo. Esse estudo foi realizado com caráter prospectivo, descritivo e qualitativo, e com o objetivo de avaliar seis aspectos, físicos, psicológicos, níveis de independência, relações sociais, meio ambiente e espiritualidade/religiosidade/crenças pessoais, com profissionais farmacêuticos que atuam em drogaria, abaixo estão duas tabelas retiradas do artigo com dois dos seis resultados encontrados, como evidências: (Lima, S. Dos S. F. De.; Dolabela, M. F, 2021).

Tabela 2

Tabela 3: Análise do domínio I que envolve aspectos biológicos

	Sono	energia	saúde	Média do domínio (classificação), sugestão
1	8	8	10	8,66 (muito bom)
2	8	8	8	8 (muito bom)
3	5	7	4	5,4 (bom), encaminhar ao serviço médico
4	4	7	7	6,0 (bom), investigar o problema no sono
5	5	9	7	7,0 (bom), investigar o problema no sono
6	5	3	1	3,0 (ruim), investigar Burnout
7	8	8	8	8 (muito bom)
8	1	2	0	1 (ruim), investigar Burnout
9	7	7	4	6,0(bom), encaminhar ao serviço médico
10	6	7	3	5,3(bom), encaminhar ao serviço médico
11	10	10	8	9,3 (ótimo)
12	10	10	8	9,3 (ótimo)
13	10	8	8	8,66 (muito bom)
14	6	7	7	6,66 (bom)
15	8	10	8	8,66 (muito bom)
16	8	8	6	7,3 (muito bom)
17	10	10	8	9,3 (ótimo)
18	8	5	5	6 (bom), investigar Burnout
19	5	9	0	4,6 (ruim), encaminhar ao serviço médico
20	5	2	2	3 (ruim), investigar Burnout
21	7	5	7	6,3 (bom), investigar Burnout

Média < 5,0 ruim; 5,0 até 6,9- bom; 7,0 até 8,9- muito bom; ≥ 9,0 ótimo. Fonte: Autores.

Tabela 3

Tabela 4 - Análise do domínio II que envolve aspectos psicológicos.

	1º	2º	3º	4º	5º	6º	Média do domínio (classificação) sugestões
1	8	10	10	10	10	6	9 (ótimo)
2	8	10	8	10	10	9	9,3 (ótimo)
3	4	9	7	9	7	7	7,1 (muito bom)*
4	7	4	7	5	7	5	5,8 (bom), investigar a falta de sentido da vida e a insatisfação pessoal
5	7	9	7	7	7	5	7,0(muito bom)*
6	1	3	5	9	3	3	4,0(ruim) encaminhar ao serviço médico
7	8	10	8	8	8	8	8,3 (muito bom)
8	3	1	1	5	4	1	2,5 (ruim) encaminhar ao serviço médico
9	5	9	7	7	7	5	6,6 (bom) merece uma atenção especial
10	7	7	7	7	5	5	6,3 (bom) merece uma atenção especial
11	10	10	8	10	10	10	9,66 (ótimo)
12	8	10	8	10	8	6	8,3 (muito bom)
13	8	10	8	8	6	8	8,0 (muito bom)
14	7	5	7	7	7	5	6,3 (bom)*
15	8	10	8	8	8	8	8,3 (muito bom)
16	5	9	7	7	7	5	6,6 (bom)*
17	7	9	5	7	5	7	6,6 (bom)*
18	5	7	5	7	5	5	5,6 (bom) merece uma atenção especial
19	6	10	10	8	8	10	8,66 (muito bom)*
20	5	5	5	7	7	5	5,66 (bom) merece uma atenção especial
21	7	7	5	5	7	5	6,0 (bom) merece uma atenção especial

1º Percepção da qualidade de vida; 2º Sentido da vida; 3º capacidade de concentração; 4º segurança na tomada de decisão; 5º percepção da aparência e 6º satisfação consigo mesmo. Média do domínio < 5,0 ruim; 5,0 até 6,9- bom; 7,0 até 8,9- muito bom; ≥ 9,0 ótimo. *Resultados contraditórios e merece uma investigação. Fonte: Autores.

Fonte das tabelas: “Pesquisa de Qualidade de Vida do Profissional Farmacêutico de Rede de Drogarias”; Society and Development, v. 10, n. 6, e7210614640, 2021 DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.14640>.

Uma pesquisa que foi realizada nos Estados Unidos em 2003, com 1.737 farmacêuticos relatou que 68% dos profissionais apresentavam quadro de estresse no trabalho e sobrecarga de funções, os mesmos dizem que se sentem incapazes de fornecer atendimentos farmacêuticos de qualidade, devido as outras funções administrativas em excesso (Mott, Doucette, Gaither, Pedersen & Schommer, 2004).

A falta de energia, exaustão, insatisfação com o trabalho e esgotamento podem ser indicativos de Síndrome de Burnout, em outubro de 2020 foi publicado no Jornal da Associação Americana de Farmacêuticos uma investigação que analisou a “Prevalência e Fatores de Risco de Burnout na Comunidade Farmacêutica” e foi concluído que há um alto grau de burnout em farmacêuticos comunitários, foram entrevistadas 411 pessoas e o dado encontrado foi 74,9% dos entrevistados apresentaram a síndrome. Nas classes medicina e enfermagem já possuem estudos e apontam que variam de 25% a 55%, já na classe farmacêutica é uma área que está debilitada de estudos, sendo um ponto importante para se dar uma atenção maior. Nos fatores de risco foram apontados, trabalhar em turnos de 12 horas, ser gerente ou farmacêutico, ter horários rotativos, trabalhar sozinho por mais de 50% dos turnos, poucos anos de experiência, nenhum diploma de pós-graduação, insatisfação no

trabalho e equilíbrio entre vida profissional e pessoal, e falta de recursos fornecidos pela empresa para a resiliência (S.K. Patel, et al, 2021).

Adendo: Significado de resiliência *“Resiliência é a capacidade de voltar ao estado normal. No campo da psicologia, resiliência significa resistência ao choque, à adversidade. A pessoa resiliente é aquela que compreende o problema que está diante dela e mobiliza recursos para superá-lo”.*(*Resiliência (O que é, Conceito e Definição)* www.significados.com.br).

Outro fator importante a se questionar é, qual foi o impacto na saúde mental dos farmacêuticos durante a pandemia Covid-19, já que estavam na linha de frente e desenvolveram um papel muito importante, pois a farmácia/drogaria era, e ainda é a onde as pessoas vão para comprar seus suprimentos e material de proteção como máscaras, álcool em gel, realizar testes covid, e procuram o farmacêutico para esclarecer dúvidas e receber orientações. A pandemia, causou um impacto muito grande na saúde mental das pessoas, e também nos profissionais de saúde, como estresse, ansiedade e distúrbios do sono. Também em outubro de 2020 foi publicado pela editora francesa Elsevier Masson SAS o primeiro estudo sobre o “Impacto na saúde mental do surto de COVID-19 entre farmacêuticos comunitários durante o período de bloqueio sanitário”, o resultado da amostra de 135 pessoas foi de 35% dos farmacêuticos relataram distúrbios psicológicos. Além de fornecer atendimentos e produtos para higiene e proteção, os farmacêuticos também possuem a responsabilidade de fornecer educação e saúde para a comunidade, a alta demanda de pacientes e múltiplas funções na farmácia/drogaria acabam gerando como consequência um estresse no cotidiano (Lange, M., Joo, et al, 2020).

Outro estudo realizada pela Revisão Europeia de Ciências Médicas e Farmacológicas da Servia na Europa, também apontou resultados preocupantes, no artigo “A pandemia de COVID-19 – psicológico relacionado angústia e desgaste do trabalho entre os sérvios farmacêuticos: um estudo transversal online”, em um grupo de 176 indivíduos a maioria apresentou sinais de burnout pessoal (82,9%), seguido de relacionado ao trabalho (73,9%), e relacionado ao cliente (66,5%). O estudo aponta que com a pandemia houve aumento na carga de trabalho, lidar com clientes estressados, ansiosos, preocupados com a saúde, e ainda cuidar da sua própria saúde e da família. Isso resultou em respostas psicológicas negativas nesses profissionais de saúde, principalmente no sofrimento psíquico e desgaste no trabalho, que mostram um nível aumentado de sofrimento psicológico e esgotamento entre os funcionários da farmácia que trabalham em condições de pandemia (D.Živanović, J.Javorac, S. Et Al,2022).

Como a demanda de serviços aumentou durante a pandemia, os funcionários da farmácia correm o risco de burnout, é importante ter uma atenção enquanto a isso, permitir que os farmacêuticos tirem tempo para atividades pessoais e autocuidado, é um resguardo para a saúde mental do indivíduo. A resiliência é um mecanismo de proteção contra o desgaste emocional e também deve ser incentivada no local de trabalho, por meio de programas de

treinamento, devem ser disponibilizados e sua captação promovida e, podendo assim influenciar à formação de farmacêuticos para preparação futura. Apesar da pandemia ser desafiadora e estressante, os serviços comunitários de farmácia têm sido reconhecidos como essenciais levando expansão dos papéis profissionais, responsabilidades e adaptação dos modelos de cuidado. Os farmacêuticos estão enfrentando desafios para garantir que a assistência farmacêutica da população, tiveram que se adaptar, mas a pandemia também trouxe a evolução do papel do mesmo, sendo os profissionais de saúde mais acessíveis durante a pandemia, os farmacêuticos comunitários têm mostrado que podem auxiliar na saúde pública em relação ao COVID-19, para ajudar a aliviar a pressão no serviço de saúde. Eles se tornaram uma fonte confiável de dados sobre a corona vírus, tanto no combate à desinformação as famosas “fake news” com informações baseadas em evidências científicas e na assistência aos pacientes para terem comportamentos saudáveis. Apesar da crise do COVID-19 ter trago dificuldades, também mostrou como a farmácia/drogaria é realmente um estabelecimento de saúde (Hayden, J.C., & Parkin, R. 2021).

O foco principal dos serviços de saúde tem sido na resposta ao COVID-19, mas as pessoas também continuarão a desenvolver outros sintomas e condições que requerem atenção. Dependendo da natureza e gravidade dessas doenças, podem ser resolvidos em farmácia comunitária, doenças mais simples chamadas de auto-limitantes que podem ser clinicamente avaliadas e gerenciadas por farmacêuticos comunitários, elas incluem alergias e erupções cutâneas, tosses, resfriados e queixas gastrointestinais. A farmácia tem oportunidades de melhorar a saúde da população, as barreiras atuais precisam ser removidas e os farmacêuticos precisam estar mais integrados às avaliações das necessidades de saúde da comunidade, as doenças e ao monitoramento dos resultados em saúde, se tornarem mais proativos na busca de oportunidades (Cadogan, C. A., & Hughes, C.M. 2021).

De acordo com o artigo americano “Preparando-se para a próxima geração de farmacêutico”, o farmacêutico da nova geração tem sua definição como "Um prestador de cuidados de saúde e agente de mudança na equipe de saúde interprofissional, personalizando o uso de medicamentos, gerenciando sistemas de medicamentos seguros e eficazes e criando comunidades mais saudáveis”. E há uma grande necessidade de cuidado de pacientes com diabetes, hipertensão, asma, dislipidemia e outras condições crônicas comuns, os farmacêuticos sempre lidaram de uma forma direta com os medicamentos, mas está ocorrendo mudanças e será muito diferente no futuro, também precisarão serem capazes de usarem a automação e a parte digital voltada para humano-tecnologia. Precisar ser competente no uso de dados clínicos, eletrônicos e sistemas de dados, para registrar e acompanhar o uso seguro e eficaz de medicamentos e, conseqüentemente a melhora da saúde. Promoverá serviços de estilos de vida saudáveis e bem-estar, imunização, serviços de cessação do tabágica, prevenção do diabetes e redução de peso (Dipiro, Joseph T, 2020).

Os farmacêuticos têm tido um papel valioso na assistência à saúde de suas comunidades por muitas gerações passadas, ao criar uma nova visão para o farmacêutico da nova geração, podemos prever que os farmacêuticos do futuro estarão à altura do desafio das necessidades de saúde da nossa sociedade. (Dipiro, Joseph T, 2020)

Na reflexão da profissão farmacêutica “Formação do Farmacêutico: Novo cenário de atuação profissional, com empoderamento de atribuições clínicas.” O século XXI possibilita o ressignificado social da função do farmacêutico enquanto profissional da saúde, devolvendo o foco ao paciente e não mais o medicamento como acabou se tornando ao passar dos anos. Os medicamentos são essenciais, entretanto não são exclusivos para recuperação da saúde e sua utilização está vinculada ao entendimento da saúde-doença, do indivíduo como um todo. Neste sentido, o medicamento trata-se de um produto farmacêutico, tecnicamente obtido ou elaborado, com finalidade profilática, curativa, paliativa ou para fins de diagnóstico e fazem parte dos componentes da Assistência Farmacêutica, tendo à promoção, proteção e recuperação da saúde, é a interação direta do farmacêutico com o usuário, visando uma farmacoterapia racional e a melhoria da qualidade de vida.(Nicoletti , Kinue Ito, 2017)

Diante disso, como o farmacêutico pode ser um profissional de referência e ao mesmo tempo cuidar da sua saúde mental? Um estudo Canadense qualitativo chamado “Construindo a resiliência médica” realizado em 2008, dentre 350 candidatos, selecionou 17 médicos que tinham uma reputação resiliente, e o diferencial encontrado nesses profissionais foram atitudes que contribuem para a construção da resiliência. Os médicos de estudo relataram aprender a estabelecer limites, resultando em melhorias no senso de bem-estar e produtividade. As recomendações para a construção da resiliência mudam o foco do estresse patológico para a adaptação bem-sucedida enfatizando 4 elementos dinâmicos: atitudes e perspectivas; equilíbrio e priorização; gestão da prática; e relações de apoio (Jensen, P. M., Everson, J, Et Al, 2008).

- 1) Atitudes e perspectivas incluem valorizar o papel de médico, manter o interesse na carreira, aceitar demandas de carreira, desenvolver autoconsciência e aceitar limitações pessoais.
- 2) O equilíbrio e a priorização do trabalho e da vida pessoal incluem estabelecer limites para o trabalho, agendar folga e manter relacionamentos saudáveis.
- 3) Organização eficiente, funcionários confiáveis e experientes, práticas de grupo de apoio com bons sistemas de plantão e comunicação eficaz com colegas e pacientes.
- 4) Relações de apoio, relações pessoais positivas protegem contra estresses de práticas médicas ocupadas.

A partir disso, entramos em uma nova perspectiva de habilidades e competências comportamentais essenciais para o profissional farmacêutico do século XXI conseguir lidar

com a sobrecarga mental e promover a resiliência.

Em meio ao universo de inovações tecnológicas, contemplamos mudanças na forma de trabalho, que são determinadas pelas soft skills, que podem ser observadas pelas habilidades de comunicação, autoconhecimento, gerenciamento de projetos, mentalidade de equipe, vontade e capacidade de aprender. Com as mudanças no mercado e na economia, é notória a importância e um preparo ainda maior dos profissionais, na qual este precisará entender a realidade atual e se preparar para os novos desafios do futuro, a indústria e farmácia 4.0, busca por diferenciais que as máquinas não têm a capacidade de adquirir para se desenvolver, como criatividade, confiança, empatia e solidariedade, as capacidades humanas. O farmacêutico do futuro deve estar ciente e preparado, para resolver problemas, algumas tarefas ficarão para a tecnologia, como por exemplo uma consulta com o paciente e resolver uma interação medicamentosa do mesmo, dispensar um medicamento até um robô faz isso atualmente, como citado na Introdução. O farmacêuticos precisam ter um perfil empático e também visionários. Por isso, a busca por qualificação é a “peça-chave” diante das mudanças, o farmacêutico do futuro deverá assumir um novo posicionamento frente à própria carreira, terá que se emponderar (Sgobbi, Thálita. Zanquim, Stivi Heverton, 2020).

A seguir, as principais soft profissionais do futuro devem apresentar:

Tabela 4

Habilidade	Descrição
Comunicação	Capacidade de diálogo e relações interpessoais no ambiente de trabalho
Liderança	Capacidade de motivação e entrega de resultados
Resiliência	Capacidade de adaptação frente às alterações de cenários
Trabalho em equipe	Capacidade de cooperação dentro de um grupo
Criatividade	Capacidade de inovar
Proatividade	Capacidade de ser produtivo e resolver problemas
Empatia	Capacidade de se colocar no lugar do outro
Ética	Capacidade de se comprometer às regras estabelecidas
Pensamento crítico	Capacidade de questionar métodos e buscar soluções frente aos problemas
Positivismo	Capacidade de se manter motivado e otimista

Fonte: Adaptado de Fundação Instituto de Administração (FIA, 2019).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Nessa revisão podemos concluir que, o farmacêutico que trabalha em drogaria/farmácia está passando por uma crise de identidade profissional, e a síndrome burnout a sobrecarga a sua saúde mental são apenas um reflexo do contexto em que estão vivendo. Os profissionais se formam em uma graduação de farmácia, estudam e se prepararam, mas quando chegam no mercado de trabalho acabam levando um “choque de realidade”, estão se sentindo cansados e sobrecarregados porque perderam sua essência, estão sentindo falta de algo a mais, porque ser farmacêutico não é ser o profissional apenas do medicamento, mas que também possui outras atribuições, como por exemplo as clínicas, o cuidado farmacêutico.

O exercer da profissão surgiu junto com a medicina, o farmacêutico deveria ser tão valorizado quanto um médico, mas de quem é a culpa? A culpa é do próprio farmacêutico que não se posicionou com o passar dos anos. Como citado na Apresentação e Análise de Dados, os farmacêuticos estão sofrendo por um acúmulo de funções que muitas das vezes não é o foco da profissão, o foco sempre foi e precisa retornar para a Assistência Farmacêutica.

No contexto geral notou-se que os farmacêuticos de drogaria/farmácia estão sobrecarregados, mas que também estão acomodados, já que para trabalhar em drogaria por exemplo, só precisa ser farmacêutico não exigindo ainda uma especialização maior, já os outros que escolhem outras áreas precisam se qualificar mais, conseqüentemente sendo mais valorizados. É notório que mentalidade desses profissionais também precisam ser renovadas, como citado no artigo de Soft Skills, que fala sobre uma mudança comportamental, o farmacêutico da nova era precisa se posicionar, ter postura de profissional de saúde, precisa ser resiliente. Na prática clínica muitos farmacêuticos são confundidos com médicos e enfermeiros, o que mostra o quanto é urgente o emponderamento da profissão, trazendo o resgate da sua importância.

Com a pandemia atual do Covid-19, possibilitou que a sociedade enxergasse o farmacêutico como um profissional de saúde qualificado, trazendo uma nova realidade para a profissão, os farmacêuticos que possuem atribuições clínicas serão o futuro da profissão, o mundo continua passando por atualizações e o farmacêutico deve acompanhá-las.

5 REFERÊNCIAS

- 1) VAMA, A. M. et al.(2002.) Consenso brasileiro de atenção farmacêutica: proposta. Brasília, DF: Organização Pan-Americana da Saúde, Brasília, af_consenso_novo (saude.gov.br)
- 2) STRAND, M. A., DIPIETRO MAGER, N.A., HALL, L., MARTIN, S. L., & SARPONG, D. F. (2020). Contribuições da Farmácia para a Melhoria da Saúde da População: Ampliação da Mesa Redonda de Saúde Pública. *Prevenção de doenças crônicas*, 17, E113. <https://doi.org/10.5888/pcd17.200350>
- 3) ESTEVES PINTO, L. S. (2011). A farmácia e a drogaria sob a nova ótica da rdc n. 44/2009 da Anvisa . *Revista De Direito Sanitário*,12(2), 140-177. <https://doi.org/10.11606/issn.2316-9044.v12i2p140-177>
- 4) RAMALHO, P. T. A. ., & BAIENSE, A. S. R. . (2022). Atuação Farmacêutica Nas Drogarias. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*,8(4), 1427–1437. <https://doi.org/10.51891/rease.v8i4.5144>
- 5) MARQUES, . J. DE M. S. ., & BAIENSE, A. S. R. . (2021). Consultório Farmacêutico Em Drogaria. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, 7(10), 1627–1641. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i10.2686>
- 6) D. S. SANTOS, T. D.LIMA, D. S. VIEIRA. (2005) Por que o farmacêutico se afastou das Drogarias? Análise do interesse dos farmacêuticos da cidade de santos (sp) em trabalhar com dispensação de medicamentos, *Revista Infarma - Ciências Farmacêuticas* v.17, nº 5/6, 2005, pb49 a.pmd (cff.org.br)
- 7) MOTT,D.A.,DOUCETTE,W.R.,GAITHER,C.A.,PEDERSEN,C.A.&SCHOMMER,J.C (2004).Pharmacists' attitudes toward worklife: results from a national survey of pharmacists. *J Am Pharm Assoc.*, 44(3), 326-36. 10.1331/154434504323063968
- 8) LANGE, M., JOO, S., COUETTE, P. A., DE JAEGHER, S., JOLY, F., & HUMBERT, X. (2020). Impact on mental health of the COVID-19, outbreak among community pharmacists during the sanitary lockdown period. *Annales pharmaceutiques francaises*,78(6), 459–463. <https://doi.org/10.1016/j.pharma.2020.09.002>

- 9) D.ŽIVANOVIĆ,J.JAVORAC, S. STOJKOV, M. JEVTIĆ, J. KNEŽEVIĆ, J. BLANUŠA, D. ŠTIMAC GRBIĆ, M. PAUT KUSTURICA,N.JOVANOVIĆLJEŠKOVIĆ,N. (2022) *The COVID-19 pandemic – related psychological distress and job burnout among Serbian pharmacy practitioners: a cross-sectional online stud*, Vol.26 - N. 7,Páginas: 2639-2645,DOI: 10.26355/eurrev_202204_2850
- 10) HAYDEN, J. C., & PARKIN, R. (2020). The challenges of COVID-19 for community pharmacists and opportunities for the future. *Irish journal of psychological medicine*, 37(3), 198–203. <https://doi.org/10.1017/ipm.2020.52>
- 11) CADOGAN, C. A., & HUGHES, C. M. (2021). On the frontline against COVID-19: Community pharmacists' contribution during a public health crisis. *Research in social & administrative pharmacy : RSAP*, 17(1), 2032–2035. <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2020.03.015>
- 12) NICOLETTI , KINUE ITO (2017) Formação do Farmacêutico: Novo cenário de atuação profissional com empoderamento de atribuições clínicas, *Revista Saúde UNG-SER v. 11, n.3-4, 2017, ISSN 1982-3282*.
- 13) SGOBBI, THÁLITA. ZANQUIM, STIVI HEVERTON(2020). Soft Skills: Habilidades e competências profissionais requisitadas pelo mercado empreendedor.*Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento. Ano 05, Ed. 09, Vol. 05, pp. 70-92. Set/2020,ISSN:2448-0959,https://www.nucleodoconhecimento.com.br/administracao/soft- skills*
- 14) STRAND, M. A., DIPIETRO MAGER, N. A., HALL, L., MARTIN, S. L., & SARPONG, D. F. (2020). Pharmacy Contributions to Improved Population Health: Expanding the Public Health Roundtable. *Preventing chronic disease*,17, E113. <https://doi.org/10.5888/pcd17.200350>
- 15) JENSEN, P. M., TROLLOPE-KUMAR, K., WATERS, H., & EVERSON, J. (2008). Building physician resilience. *Canadian family physician Medecin de famille canadien*, 54(5), 722–729, PMID: 18474706; PMCID: PMC237722.
- 16) MELO, VALDETE APARECIDA DE. Investigação qualitativa da prática farmacêutica em drogarias do Distrito Federal –DF. 2017. xii, 97 f., il. Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas)—Universidade de Brasília, Brasília, 2017, repositorio.unb.br/handle/10482/23401.
- 17) BARROS, MARCIA, MACHADO (2021), Farmácia Clínica no Brasil: Dificuldades e perspectivas, *Revista científica eletrônica de ciências aplicadas da FAIT n. 1. Maio*,

2021, (revista.inf.br).

- 18) OLIVEIRA, NAIRA VILLAS BOAS VIDAL DE ET AL (2017). Atuação profissional dos farmacêuticos no Brasil: perfil sociodemográfico e dinâmica de trabalho em farmácias e drogarias privadas. *Saúde e Sociedade [online]*. 2017, v. 26, n. 4 <https://doi.org/10.1590/S0104-12902017000002>. ISSN 1984-0470.
- 19) LIMA, S. dos S. F. de .; DOLABELA, M. F, (2021) Pesquisa da qualidade de vida do profissional farmacêutico de rede de drogarias. *Research, Society and Development, [S. l.]*, v. 10, n. 6, p. e7210614640, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i6.14640. <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14640>.
- 20) S.K. PATEL ET AL.(2021), Prevalence and risk factors of burnout in community pharmacists / *Journal of the American Pharmacists Association*, 145 e150 <https://doi.org/10.1016/j.japh.2020.09.022>
- 21) DIPIRO, Joseph T, (2020), Preparing for the next generation pharmacists. *Pharmacy Pract (Granada), Redondela* , v. 18,n. 2, 1988, jun. 2020, <https://dx.doi.org/10.18549/pharmpract.2020.2.1988>.
- 22) CABRAL ET AL (2015), Sinopse da História da Farmácia. Ano de edição: 2015 *Centro de Estudos Interdisciplinares do Século XX da Universidade de Coimbra – CEIS20*, ano de edição: 2015, Impressão: Pantone 4 ISBN: 978-972-8627-62-1, [catalogo_sinopse.pdf \(uc.pt\)](#)
- 23) ILKOVA ANGELOV (2018), Evolução da Farmácia até à atualidade, *Dissertação mestrado integrado em Ciências Farmacêuticas 2018, Universidade Do Algarve-FTCF*, Da Farmácia Tradicional À Farmácia Atual (Ualg.Pt)
- 24) PEREIRA, NASCIMENTO, (2011), Das boticas aos cuidados farmacêuticos: perspectivas do profissional farmacêutico, *Rev. Bras. Farm.* 92(4): 245-252, 2011, (PDF) From the apothecary to pharmaceutical care: perspectives of the pharmacist (researchgate.net)
- 25) ALAM, S. SAWAR, ET AL(2018), "Redução do tempo de espera do paciente farmacêutico", *International Journal of Health Care Quality Assurance*, Vol. 31 No. 7, pp. 834-844. <https://doi.org/10.1108/IJHCQA-08-2017-0144>.
- 26) COELHO, GALVÃO ZANATTO, SILVA MATIAS, (S/D), *O Resgate da Profissão Farmacêutica: Elo entre a Saúde e o paciente. Microsoft Word - Artigo Viviany final.doc (unieuro.edu.br)*.

Agradecimentos

Agradeço a Deus por ser meu refúgio e fortaleza, e ter me dado oportunidades de crescimento e me desenvolver como farmacêutica no passar desses anos, por ter me dado oportunidades de trabalhar na área desde do início da graduação podendo exercer a prática e a teoria juntos, o que ajudou a saber quem eu seria, e como seria minha postura profissional.

Agradeço também a minha família e amigos, aos meus pais principalmente por serem minha base de apoio, e aos amigos por serem refrigérios para alma, me ajudando a levar essa jornada com leveza, e por entenderem e me incentivar nos estudos e na profissão.

Agradeço as empresas e locais que fiz estágio durante esses 5 anos a onde a prática me fez crescer, obrigada pelas oportunidades oferecidas e confiadas a mim, até nas situações difíceis, me ajudou a ser forjada como profissional, levarei aprendizados e experiências para a vida.