6ª MOSTRA DE INOVAÇÃO E TECNOLOGIA SÃO LUCAS
03/12/2022 | 14h-20h

USANDO A MÍDIA SOCIAL PARA DIVULGAR OS BENEFÍCIOS DA ERVA-DE-SÃO-JOÃO (Hypericum perforatum)

Felipe Maximo Burton Felix[1]*

1. Centro Universitário São Lucas, Porto Velho, Rondônia,Brasil.
*Autor correspondente: felipemaximoburton@gmail.com

As plantas medicinais são usadas pelo homem para o tratamento doenças por milhares de anos, a fitoterapia é o termo usado para descrever o tratamento com medicamentos que contêm ingredientes ativos. Um derivado botânico ou vegetal é de conhecimento e uso popular. Tem uma planta que se destaca no tratamento da ansiedade é a Hypericum perforatum, popularmente conhecida como Erva de São João. Esta erva é usada em forma de chá e pílula para tratar depressão leve a moderada e sintomas associados de ansiedade e tensão muscular. A depressão é um transtorno mental associado a sentimentos de inadequação, irritabilidade, pessimismo, isolamento social, perda de prazer, comprometimento cognitivo, baixa autoestima e tristeza. Entre outras coisas, afeta sua capacidade de trabalhar, dormir, estudar, comer e socializar. A serotonina tem um papel complexo e pouco claro na ansiedade, mas é fundamental. É um neurotransmissor que possui atividade inibitória e tônica. O papel da serotonina na regulação do comportamento de defesa e, portanto, na ansiedade parece ser duplo, além de seus efeitos conhecidos nas emoções, no sono e no apetite, a serotonina ajuda a mediar a motilidade gastrointestinal, outros estudos em larga escala sobre os efeitos da serotonina em transtornos de ansiedade, entenda como funciona esse processo e como funciona para melhorar as pessoas com essa condição, contribuir para melhores resultados do tratamento e proporcionar aos pacientes uma melhor qualidade de vida. Este trabalho tem como objetivo distribuir o flyer nas redes sociais, com informações para divulgar os benefícios da Erva de São João. Para resultados mais detalhados, foram utilizadas as palavras-chave: Hypericum perforatum, planta medicinal e efeitos ansiolíticos, por meio de busca no Google Academic and Scientific

Electronic Library Online (SciELO), em artigos científicos, revistas e páginas do Ministério da saúde sobre o assunto. Foi utilizada a plataforma Canva, uma plataforma de design gráfico que permite aos usuários criar milhões de ilustrações, vetores, fotos, apresentações, pôsteres e outros conteúdos visuais. A elaboração da cartilha é baseada em artigos científicos, revistas sobre o assunto e livros na área de plantas medicinais. As redes sociais proporcionam um aumento significativo nas interações e comunicação entre os grupos sociais, pois são uma ferramenta promissora para divulgação de conteúdo e promoção de ideias. Foram elaborados três folhetos para compartilhamento nas redes sociais com informações sobre suas propriedades, uso externo e um pouco sobre a planta. a divulgação dura três semanas do mês de abril. Os resultados das divulgações e alcance do flyer nas redes sociais. Durante as três últimas semanas do mês de abril (12/04/21 a 30/04/21), segunda, quarta e sexta-feira foram selecionadas e divulgadas. Obteve-se 270 visualizações, sendo elas 199 pelo Instagram, 51 e 20 por meio de Facebook e WhatsApp respectivamente. É importante notar que esta divulgação tornou muitas pessoas conscientes das propriedades terapêuticas da erva de São João. Fica claro também que muitos artigos demonstram a eficácia do Hypericum perforatum como tratamento alternativo para a depressão. Hypericum perforatum tem sido usado para tratar depressão leve a moderada e ansiedade. O composto demonstrou atuar como um inibidor seletivo da recaptação da serotonina. Além disso, seu uso tem sido demonstrado para ações ansiolíticas, sedativas, nootrópicos, anticonvulsivantes, antibacterianas, antivirais, anti-inflamatórias, renoprotetoras, terapêuticas, antioxidantes, antinociceptivas e analgésicas. A apresentação do folheto mostrou que muitas pessoas desconheciam os benefícios fitoterápicos desta planta, alguns até começaram a tomá-la devido à sua exposição, a consumir e perceberam que de fato é possível obter uma melhora nas condições. Conseguimos influenciar uma gama mais ampla e divulgar informações relevantes sobre ervas e seus usos medicinais.

PALAVRAS-CHAVE: Mídias Sociais; Plantas Medicinais; Hypericum Perforatum; Ansiedade; Fitoterapia.