



**INSTITUTO FEDERAL DE ALAGOAS
CAMPUS PENEDO
CURSO TÉCNICO SUBSEQUENTE EM QUÍMICA**

MIKELLY LIMA DOS SANTOS

**MANIPULAÇÃO E CONTROLE DE
QUALIDADE EM FARMÁCIA MAGISTRAL**

**PENEDO, AL
2025**

MIKELLY LIMA DOS SANTOS

MANIPULAÇÃO E CONTROLE DE QUALIDADE
EM FARMÁCIA MAGISTRAL

Relatório de estágio supervisionado apresentado ao Curso Técnico de Nível Médio Subsequente em Química do Instituto Federal de Alagoas, Campus Penedo, como requisito parcial para a obtenção do grau de Técnico em Química.

Orientador: Raul César da Silva Nascimento

Coorientador: Wellington Santos

PENEDO, AL
2025

FICHA CATALOGRÁFICA



INSTITUTO
FEDERAL
Alagoas

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação
Instituto Federal de Alagoas
Campus Penedo
Biblioteca

S237m

Santos, Mikelly Lima dos.

Manipulação e controle de qualidade em farmácia magistral /
Mikelly Lima dos Santos. – 2025.
23f ;il.

Orientação: Prof. Raul César da Silva Nascimento.

Coorientador: Prof. Wellingthon Santos.

Trabalho de Conclusão de Curso (Técnico de Nível Médio
Subsequente em Química) – Instituto Federal de Alagoas,
Campus Penedo, Penedo, 2025.

Trabalho acadêmico em versão digital.

1. Farmácia de manipulação. 2. Laboratório. 3. Controle de
qualidade. I. Nascimento, Raul César da Silva. II. Santos,
Wellingthon. III. Título

CDD:615

Maria Luzia Alexandre de Oliveira
Bibliotecária/Documentalista
CRB-4/2159


MIKELLY LIMA DOS SANTOS

MANIPULAÇÃO E CONTROLE DE QUALIDADE
EM FARMÁCIA MAGISTRAL


Relatório de estágio supervisionado apresentado ao Curso Técnico de Nível Médio Subsequente em Química do Instituto Federal de Alagoas, Campus Penedo, como requisito parcial para a obtenção do grau de Técnico em Química.

APROVADA EM: 15/05/2025.


BANCA EXAMINADORA

Documento assinado digitalmente
 **RAUL CESAR DA SILVA NASCIMENTO**
Data: 29/05/2025 18:23:09-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>


Prof. Dr. Raul César da Silva Nascimento (orientador)
Instituto Federal de Alagoas (Ifal)

Documento assinado digitalmente
 **WELLINGTON SANTOS**
Data: 29/05/2025 19:41:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Me. Wellington Santos (coorientador)
Instituto Federal de Alagoas (Ifal)

Documento assinado digitalmente
 **BARBARA ELIZABETH ALVES DE MAGALHAES**
Data: 29/05/2025 13:14:52-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof^a Dr^a Bárbara Elizabeth Alves de
Magalhães Instituto Federal de Alagoas (Ifal)

Documento assinado digitalmente
 **MIRELLE MARCIO SANTOS CABRAL**
Data: 29/05/2025 19:30:34-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Prof. Dr. Mirelle Márcio Santos Cabral
Instituto Federal de Alagoas (Ifal)

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus, pela força e sabedoria concedidas ao longo desta jornada. Agradeço ao Instituto Federal de Alagoas (Ifal), por proporcionar um ambiente acadêmico de excelência e por ser um pilar essencial na minha formação. A todos os professores e servidores, meu sincero agradecimento pelo apoio e conhecimento compartilhado. Expresso minha profunda gratidão ao meu coorientador, professor Wellington Santos, pela orientação, paciência e constante incentivo. Sua expertise e dedicação foram fundamentais para a realização deste trabalho. Ao meu orientador, Raul Nascimento, meus sinceros agradecimentos pelo suporte técnico, sugestões valiosas e pela disposição em ajudar em todas as etapas deste projeto.

Agradeço à Farmácia de Manipulação Farmafórmula, por abrir suas portas e proporcionar o ambiente prático necessário para a aplicação dos conhecimentos adquiridos. Um agradecimento especial ao seu franqueado e diretor, Hurley Lins da Silva, pela receptividade e apoio durante todo o período de estágio.

Por fim, agradeço a toda a equipe de trabalho da Farmafórmula, pela colaboração, ensinamentos e pelo ambiente acolhedor. Cada um de vocês contribuiu de maneira significativa para o meu crescimento pessoal e profissional.

RESUMO

Este relatório tem como papel principal descrever as atividades realizadas pela aluna Mikelly Lima dos Santos durante todo o período em que efetuou o estágio supervisionado do Curso Técnico Subsequente em Química, no Ifal Campus Penedo. O mesmo foi realizado de 07 de abril a 07 de julho de 2024 na farmácia de manipulação Farmafórmula, totalizando 240 horas. Nele, serão expostas as atividades realizadas no laboratório da farmácia, onde foram executados diversos processos inerentes a um laboratório de manipulação. Entre eles, pesagem de ativos, manipulação de cápsulas e controle de qualidade.

Palavras-chave: Estágio supervisionado; farmácia de manipulação; Farmafórmula.

ABSTRACT

The main purpose of this report is to describe the activities carried out by student Mikelly Lima dos Santos during the entire period of the supervised internship of subsequent technical course in Chemistry – Penedo Campus. The internship took place from April 7 to July 7, 2024 at the Farmafórmula compounding pharmacy, totaling 240 hours. It will expose the activities carried out in the pharmacy laboratory where several processes inherent to a compounding laboratory were performed. Among them, weighing of assets, handling of capsules and quality control.

Keywords: Supervised internship; compounding pharmacy; Farmafórmula.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2 JUSTIFICATIVA.....	10
3 OBJETIVOS.....	11
3.1 OBJETIVO GERAL.....	11
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	11
4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS.....	11
4.1 RECEBIMENTO E CONFERÊNCIA DAS RECEITAS.....	11
4.2 PESAGEM DOS ATIVOS E CÁLCULOS.....	13
4.3 PROCESSO DE MISTURA DOS ATIVOS.....	14
4.4 CÁPSULAS.....	15
4.5 TIPOS DE CÁPSULAS.....	15
4.6 MANIPULAÇÃO PROCEDIMENTO DE ENCAPSULAÇÃO MANUAL.....	16
4.7 PESO MÉDIO E CONTROLE DE QUALIDADE.....	19
4.8 CONTROLE DE FATORES FÍSICO-QUÍMICOS NO LABORATÓRIO.....	20
4.9 REGISTRO DE CALIBRAÇÃO DIÁRIA DAS BALANÇAS.....	21
4.10 REGISTRO DE TEMPERATURA, UMIDADE E PRESSÃO RELATIVA.....	21
5. CONCLUSÃO.....	22
REFERÊNCIAS.....	23

LISTA DE FIGURAS

Figura 1- Conferência de receitas.....	12
Figura 2- Pesagem dos ativos.....	13
Figura 3- Ficha de conferência Receita 160.....	14
Figura 4- Equipamento de homogeneização.....	14
Figura 5- Tamanhos de cápsulas.....	15
Figura 6- Variedade de cápsulas.....	16
Figura 7 - Encapsuladora preenchida.....	17
Figura 8- Selamento das cápsulas.....	18
Figura 9- Identificação das cápsulas.....	18
Figura 10- Encapsuladora limpa.....	19
Figura 11- Peso Médio das cápsulas.....	19
Figura 12- Relatório impresso do peso médio.....	20
Figura 13 - Registro de calibração.....	21
Figura 14 - Registro de temperatura.....	22

1 INTRODUÇÃO

Segundo CPET (2024), o estágio supervisionado é essencial no Curso Técnico em Química, pois permite a aplicação prática do conhecimento teórico em um ambiente de trabalho real. Os alunos desenvolvem habilidades práticas, como manuseio de equipamentos e realização de experimentos, e ganham experiência profissional valorizada no mercado. Além de facilitar a transição para o emprego, o estágio amplia a rede de contatos dos alunos e desenvolve competências comportamentais importantes, como trabalho em equipe e comunicação. Ele também proporciona uma compreensão das normas e regulamentações da prática em química. O *feedback* contínuo durante o estágio ajuda os alunos a melhorarem suas competências e a fazerem escolhas informadas sobre suas carreiras. Em resumo, o estágio supervisionado prepara os alunos para os desafios do mercado de trabalho, formando profissionais competentes e confiantes.

Assim, neste relatório estão descritas as atividades desenvolvidas na farmácia de manipulação Farmafórmula, que, segundo a própria empresa (FARMAFÓRMULA, 2024), foi fundada em 1983 e atualmente possui mais de 100 lojas em todo o país. Além disso, conforme destaca Souza (2023), a empresa consolidou-se como uma das maiores redes de franquias de farmácias de manipulação no Brasil. Com a manipulação de mais de 12 milhões de fórmulas, a Farmafórmula atingiu um elevado nível de acreditação no mercado magistral (FARMAFÓRMULA, 2024).

O estágio foi realizado na Farmafórmula, filial de Penedo, sob a direção de Hurley Lins da Silva, no período de 07 de abril a 07 de julho de 2024. As atividades foram desenvolvidas com todo o acompanhamento de profissionais da área, com carga horária de 4 horas por dia, de segunda a sexta-feira (20 horas semanais), totalizando 240 horas de prática profissional.

2 JUSTIFICATIVA

O estágio supervisionado no Curso Técnico em Química é essencial para que os discentes do Instituto Federal de Ciências e Tecnologia de Alagoas, Campus

Penedo, familiarizem-se com a área de atuação de forma prática, consolidando os conhecimentos teóricos adquiridos. Essa experiência prática é crucial para o desenvolvimento de habilidades técnicas e comportamentais, bem como para a preparação para o mercado de trabalho. Além disso, facilita a integração dos alunos no ambiente profissional, proporcionando uma formação completa e eficiente.

3 OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GERAL

O objetivo principal deste relatório é descrever as atividades realizadas durante o período de supervisão no laboratório de uma farmácia de manipulação na cidade de Penedo-AL.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Integrar conceitos teóricos aprendidos no curso técnico com a prática diária na farmácia, aumentando a compreensão e a eficácia das técnicas de manipulação.

Apresentar as atividades desenvolvidas ao longo do estágio na farmácia de manipulação como as técnicas de pesagem; manipulação de cápsulas, sachês, cosméticos, suplementos e controle de qualidade.

4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

4.1 RECEBIMENTO E CONFERÊNCIA DAS RECEITAS

Segundo o CRF-PR (2024), o Processo de Manipulação Magistral (PMM) abrange as etapas necessárias para a produção de medicamentos personalizados. Essa jornada de manipulação começa com o recebimento da receita imediatamente encaminhada para conferência pelo farmacêutico, como representado logo abaixo, na **Figura 1**. A primeira etapa dessa conferência envolve a verificação minuciosa de diversos elementos críticos:

- **Nome e registro do prescritor:** assegurar que a receita foi emitida por um profissional autorizado e devidamente registrado;

- **Dados do paciente:** confirmar a correta identificação do paciente para garantir que o medicamento seja adequado às suas necessidades específicas;
- **Medicamentos a serem manipulados e doses prescritas:** verificar a exatidão das substâncias e suas respectivas dosagens, garantindo a conformidade com a prescrição médica;
- **Incompatibilidades farmacológicas e farmacotécnicas:** avaliar possíveis interações entre os componentes prescritos, bem como a viabilidade técnica da manipulação das fórmulas.

Figura 1 - Conferência de receitas



Fonte: Autora, 2025

Após a conferência, o farmacêutico providencia a impressão das fichas de pesagem dos medicamentos. Estas fichas contêm todas as informações necessárias para a manipulação correta dos medicamentos e são fundamentais para garantir a precisão no laboratório. A Farmafórmula possui uma gama de tipos de medicamentos, entre eles: cápsulas, sachês, suspensões orais, hormônios, loções e emulsões, gotas orais e nasais, cremes e pomadas. Cada um possui uma técnica distinta de preparo.

4.2 PESAGEM DOS ATIVOS E CÁLCULOS

Pesa-se cada ativo conforme a quantidade definida na ficha de pesagem. De acordo com a Anvisa (s.d.), os ativos são “as matérias-primas utilizadas na produção dos medicamentos”. A pesagem é realizada por uma técnica de Laboratório que possui mais experiência com a balança, como ilustrado na Figura 2. O sistema calcula automaticamente os valores a serem pesados. Entretanto, pode ser necessário realizar algumas conversões de medida. Com os resultados encontrados, anotam-se, no campo “controle de qualidade” da ficha de conferência, informações importantes para a manipulação. Por exemplo, qual será o tamanho das cápsulas, sua cor e a quantidade. Os recipientes são identificados com adesivos manualmente, de acordo com os 3 últimos dígitos do campo “receita” no cabeçalho da ficha de conferência apresentada na Figura 3.

Figura 2 - Pesagem dos ativos



Fonte: Autora, 2025.

4.4 CÁPSULAS

As cápsulas são formas farmacêuticas sólidas, que contêm o medicamento em pó ou granulado dentro de um invólucro solúvel. Podem ser preparadas com doses ajustadas conforme a prescrição médica, permitindo uma personalização exata. Vale ressaltar que as cápsulas são as formas farmacêuticas de maior demanda no laboratório.

Após o recebimento da ficha de conferência, conferem-se os dados da ficha onde foi especificado o tamanho das cápsulas, seu tipo e quantidade. Cada tipo de cápsula possui uma função distinta. Conforme explica a Farmácia Lantana (2024), existem diferentes tamanhos e tipos de cápsulas disponíveis, conforme apresentado na **Figura 5**, para a maioria das aplicações, os tamanhos 00 e 0 são geralmente suficientes, sendo esses os padrões utilizados pela maioria das farmácias de manipulação. A capacidade de cada cápsula varia conforme a densidade do pó que conterà, por isso é importante consultar o farmacêutico para determinar a densidade específica do pó que será usado na cápsula, caso haja dúvida.

Figura 5 - Tamanhos de cápsula



Fonte: Autora, 2025.

4.5 TIPOS DE CÁPSULAS

O manipulador deve saber identificar as características de cada cápsula, de acordo com as variações ilustradas na Figura 6, para escolher corretamente no momento da manipulação. Quanto aos tipos de cápsulas, existem muitas variantes; entretanto, as mais utilizadas no laboratório são as seguintes:

Cápsulas de clorofila - coloridas naturalmente com clorofila, um pigmento verde encontrado em plantas utilizadas para proteger o conteúdo da luz, além de serem uma opção mais natural para coloração;

Cápsulas incolores - transparentes sem qualquer pigmentação. Permitem a visualização do conteúdo, ideal para quando se quer mostrar a pureza ou a qualidade do pó ou grânulo dentro da cápsula;

Cápsulas de tapioca ou tapiocaps - feitas a partir de amido de tapioca, uma substância derivada da mandioca. Alternativa para pessoas com alergias a gelatina ou preferências dietéticas específicas, como veganos. Transparentes ou opacas, essas cápsulas são hipoalergênicas e livres de glúten;

Cápsulas vegetais - feitas de materiais vegetais, como hidroxipropilmetilcelulose (HPMC) ou pululano. Ideais para veganos e vegetarianos, além de pessoas com restrições alimentares e alergias a produtos de origem animal. Geralmente são incolores e transparentes, mas também podem ser coloridas;

Cápsulas de gelatina - as mais comuns, são feitas de gelatina derivada de colágeno animal (geralmente bovino ou suíno). Amplamente utilizadas na indústria farmacêutica e de suplementos devido à sua capacidade de se dissolver rapidamente no estômago. São claras ou podem ser coloridas, para proteger o conteúdo da luz e melhorar a identificação.

Figura 6 - Variedade de cápsulas



Fonte: Autora, 2025.

4.6 MANIPULAÇÃO: PROCEDIMENTO DE ENCAPSULAÇÃO MANUAL

- SELEÇÃO DAS CÁPSULAS

O tipo de cápsula é escolhido de acordo com a formulação e as necessidades do paciente, conforme pode ser observado na **Figura 6** . As opções incluem cápsulas de gelatina, vegetais, de clorofila, incolores e de tapioca. Uma vez selecionado o tipo de cápsula, o procedimento de encapsulação é iniciado.

- ALOCAÇÃO DAS CÁPSULAS NA ENCAPSULADORA



Fonte: Autora, 2025.

As cápsulas são inseridas uma a uma nas bandejas da encapsuladora, como demonstrado na **Figura 7**. Esse processo é realizado manualmente para garantir que cada cápsula seja posicionada corretamente.

- ABERTURA E ENCHIMENTO DAS CÁPSULAS

Após a inserção das cápsulas na bandeja, elas são abertas manualmente, separando a tampa do corpo da cápsula. Cada cápsula é preenchida manualmente com a formulação prescrita, o pó é distribuído de forma uniforme até que todas as cápsulas sejam completamente preenchidas; e a encapsuladora é batida sobre a bancada para que o pó se acomode nas cápsulas uniformemente. O processo é repetido até que o pó seja completamente utilizado.

- FECHAMENTO DAS CÁPSULAS E ENVASAMENTO

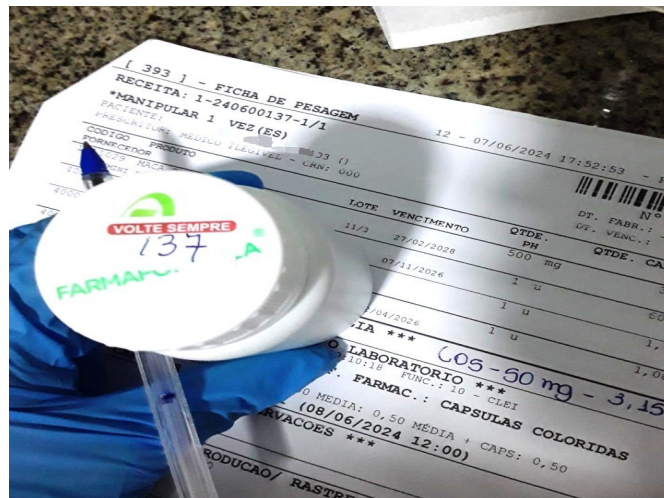
Como demonstrado nas **Figuras 8 e 9** , após o preenchimento, as cápsulas são fechadas manualmente, uma a uma, e são higienizadas para a retirada de resquícios de pó. Em seguida, são envasadas com sachê de sílica gel, assegurando que cada cápsula esteja completamente selada e pronta para o uso.

Figura 8 - Selamento das cápsulas



Fonte: Autora, 2025.

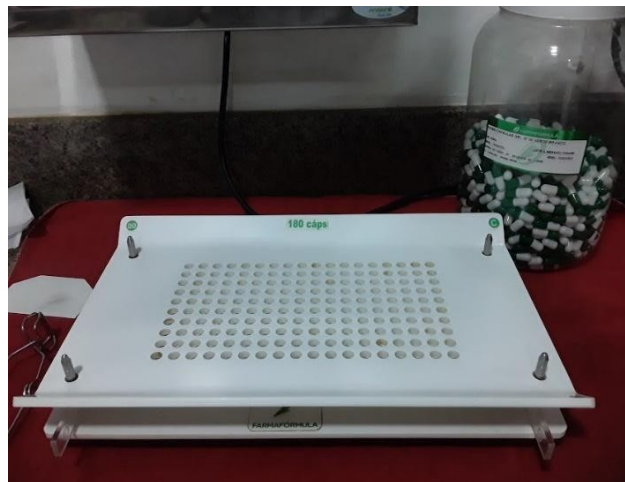
Figura 9 - Identificação das cápsulas



Fonte: Autora, 2025.

Após a conclusão do processo de encapsulação, há uma perda calculada de aproximadamente 5% do material, que é descartado na lixeira de resíduos químicos. Limpa-se e higieniza-se a bancada e todos os equipamentos utilizados durante a manipulação de cada fórmula, antes de iniciar uma nova manipulação, conforme ilustrado na **Figura 10**, o que assegura um ambiente seguro e estéril para o próximo procedimento.

Figura 10- Encapsuladora limpa

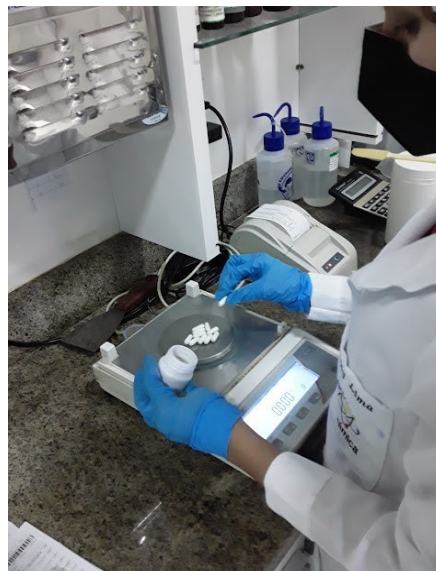


Fonte: Autora, 2025.

4.7 PESO MÉDIO E CONTROLE DE QUALIDADE

Após a manipulação, as cápsulas devem ser pesadas uma a uma para verificar se estão dentro dos padrões estabelecidos, como pode ser observado na **Figura 11**.

Figura 11 - Peso médio das cápsulas



Fonte: Autora, 2025.

- Digita-se o número da ficha de conferência;
- Somam-se os miligramas dos ativos com o peso do excipiente e peso da cápsula (todas as informações disponíveis na ficha de conferência), digita-se o resultado encontrado;
- Tara-se a balança e pesam-se 10 cápsulas, digitando-se F2 a cada cápsula

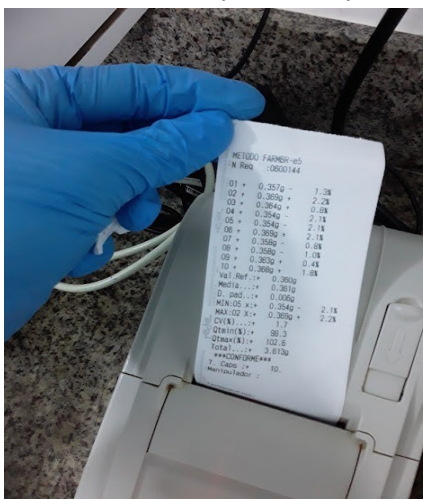
pesada.

Cada tamanho de cápsula possui um peso. Assim, confere-se qual cápsula foi usada na ficha de conferência de cada manipulado.

- Cápsula nº 3 - 50 mg;
- Cápsula nº 1 - 80 mg;
- Cápsula nº 0 - 100 mg;
- Cápsula nº 00 - 120 mg.

A impressora gera um relatório, conforme ilustrado na **Figura 12**, que apresenta o peso de cada cápsula e calcula automaticamente o peso médio. Se todas as cápsulas tiverem aproximadamente o mesmo peso, o resultado será indicado como “conforme”. No entanto, se houver uma variação significativa nos pesos das cápsulas, o resultado será marcado como “não conforme”. Isso pode indicar uma distribuição irregular do pó dentro das cápsulas. Nesse caso, elas precisarão ser manipuladas novamente, para garantir a consistência e a qualidade do produto final.

Figura 12 - Relatório impresso do peso médio



Fonte: Autora, 2025

4.8 CONTROLE DE FATORES FÍSICO-QUÍMICOS NO LABORATÓRIO

O controle de fatores físico-químicos em um laboratório é essencial para garantir a precisão dos experimentos, a segurança dos usuários e a integridade dos resultados. Assim, é realizado um registro de calibração das balanças e das temperaturas em cada laboratório duas vezes ao dia, sendo uma às 8 horas e outra

às 15 horas, conforme demonstra a **Figura 13**, que apresenta o documento utilizado para esse controle. A precisão das balanças é imprescindível para a pesagem adequada dos reagentes, evitando erros que podem ser fatais. Existe uma faixa de temperatura ideal para a correta calibração das balanças. Do mesmo modo, a temperatura também é imprescindível para a conservação de toda a matéria-prima do laboratório.

4.9 REGISTRO DE CALIBRAÇÃO DIÁRIA DAS BALANÇAS

- Para realizar a calibração diária das balanças, utiliza-se um peso base de 200 gramas;
- Inicialmente, liga-se a balança na tomada e na tecla *power*, e anota-se o valor na ficha de calibração no campo “valor encontrado”;
- Em seguida, o peso de 200 g é pesado na balança e anota-se o valor no campo “valor após calibração”;
- Por fim, o responsável pela calibração assina a análise;
- Esse processo é realizado em todas as balanças antes de iniciar as atividades laboratoriais.

Figura 13- Registro de calibração

Data	Responsável	Observações	Valor Encontrado	Valor após Calibração
01/05/24	lc		200,007	199,999
02/05/24	lc		200,010	199,998
03/05/24	lc		200,009	199,998
04/05/24	lc		200,008	199,998
05/05/24	lc		200,010	199,999
06/05/24	lc		200,009	199,997
07/05/24	lc		200,019	199,997
08/05/24	lc			
09/05/24	lc			
10/05/24	lc			

Fonte: Autora, 2025.

4.10 REGISTRO DE TEMPERATURA, UMIDADE E PRESSÃO RELATIVA

Do mesmo modo, o registro de temperatura, umidade e pressão atmosférica é realizado por meio do dispositivo apresentado na **Figura 14**. Inicialmente, anota-se

o valor observado antes da calibração e, em seguida, pressiona-se os botões “Min”, “Max” e “Um” para obtenção dos dados mínimos, máximos e de umidade relativa do ambiente, respectivamente.

Figura 14 - Registro de Temperatura



Fonte: Autora, 2025.

5. CONCLUSÃO

O presente relatório mostrou uma síntese de procedimentos e atividades desenvolvidas no laboratório de uma farmácia de manipulação, como pesagem, mistura, manipulação de cápsulas, peso médio e controle de fatores físico-químicos. Após a conclusão do estágio supervisionado no Laboratório da Farmafórmula, em Penedo, é possível afirmar que o tempo de experiência foi de fundamental importância para a formação do profissional técnico em Química. Durante o estágio, houve a oportunidade de colocar em prática todo o conhecimento teórico adquirido ao longo do curso, além do aprendizado de práticas inerentes ao laboratório farmacêutico, de fundamental importância para o desenvolvimento profissional. A convivência no ambiente de um laboratório de manipulação farmacêutica também serviu como incentivo para seguimento na carreira técnica dentro do setor.

REFERÊNCIAS

ANVISA – Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Insumos farmacêuticos.

Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/setorregulado/regularizacao/insumos>.

Acesso em: 17 maio 2025.

CONSELHO REGIONAL DE FARMÁCIA DO ESTADO DO PARANÁ (CRF-PR).

Atualidades, evolução e inovação na farmácia magistral. Disponível em:

<https://www.crf-pr.org.br/noticia/view/3784/atualidades-evolucao-e-inovacao-na-farmacia-magistral>. Acesso em: 11 set. 2024.

CPET. Por que realizar estágio durante seu curso técnico é uma decisão

estratégica? Disponível em: [https://www.cpet.com.br/por-que-realizar-estagio-](https://www.cpet.com.br/por-que-realizar-estagio-durante-seu-curso-tecnico-e-uma-decisao-estrategica#:~:text=Os%20est)

[durante-seu-curso-tecnico-e-uma-decisao-estrategica#:~:text=Os%20est%C3%A1gios%20desempenham%20um%20papel,aprendizado%2C%20networking%20e%20desenvolvimento%20pessoal](https://www.cpet.com.br/por-que-realizar-estagio-durante-seu-curso-tecnico-e-uma-decisao-estrategica#:~:text=Os%20est%C3%A1gios%20desempenham%20um%20papel,aprendizado%2C%20networking%20e%20desenvolvimento%20pessoal). Acesso em: 11 set. 2024.

FARMAFÓRMULA. A Farmafórmula. Disponível em:

<https://ranquia.farmaformula.com.br/#:~:text=A%20FARMAFÓRMULA%20foi>

[%20fundada%20em,lojas%20em%20todo%20o%20país](https://ranquia.farmaformula.com.br/#:~:text=A%20FARMAFÓRMULA%20foi%20fundada%20em,lojas%20em%20todo%20o%20país). Acesso em: 11 set. 2024.

FARMÁCIA LANTANA. Tipos de cápsulas. Disponível em:

<https://www.farmacialantana.com.br/tipos-de-c%C3%A1psulas?>

[srsId=AfmBOorwbQ05o8fEfbBn7VuAVQLktsG0_xWYBOnxiXvQ5YF-GCgxhc3N](https://www.farmacialantana.com.br/tipos-de-c%C3%A1psulas?srsId=AfmBOorwbQ05o8fEfbBn7VuAVQLktsG0_xWYBOnxiXvQ5YF-GCgxhc3N).

Acesso em: 11 set. 2024.

SANTAELLA, Lúcia. Palestra - A arte de viver no tempo da incerteza. YouTube, 12

fev. 2022. Disponível em: [https://www.youtube.com/watch?](https://www.youtube.com/watch?v=JRDZ0oCXFwQ&t=168s)

[v=JRDZ0oCXFwQ&t=168s](https://www.youtube.com/watch?v=JRDZ0oCXFwQ&t=168s). Acesso em: 11 set. 2024.