



Pinetonina®

Fitoansiolítico que Auxilia no Controle do Estresse,
Ansiedade e Insônia

LOGO

Pinetonina® - Associação de Três Óleos Essenciais

Atua na Redução do Estresse, Ansiedade e Auxilia no
Manejo da Insônia

A ansiedade afeta uma grande parcela da população com sintomas físicos e psicológicos,

como tensão, transpiração, palpitação, dor no peito e dificuldade para respirar. O tratamento



farmacológico com barbitúricos, benzodiazepínicos e buspirona produz efeitos secundários de dependência física e psíquica. A aromaterapia com óleos essenciais psicoativos, promove uma resposta imediata através da via olfativa passando para o sistema límbico e sistema nervoso central.

Pinetonina®

A Pinetonina® é um fitoansiolítico que mescla em sua composição três óleos essenciais (**Lavandula angustifolia**, **Lavandula dentata** e **Foeniculum vulgare**) indicados para diminuição dos sintomas associados com o estresse, ansiedade e insônia. O fitocomplexo Pinetonina® consegue, através da mucosa nasal, atingir regiões do SNC, capazes de modular os níveis de Ca^{2+} intracelular, que consequentemente causa uma redução dos níveis de glutamato. Sendo este o principal neurotransmissor excitatório do sistema nervoso central, são provados ansiedade, benefícios no controle dos estados de insônia, estresse e

Mecanismo de Ação: 1 - **Lavandula angustifolia**

e **Lavandula dentata** • Diminui a contração

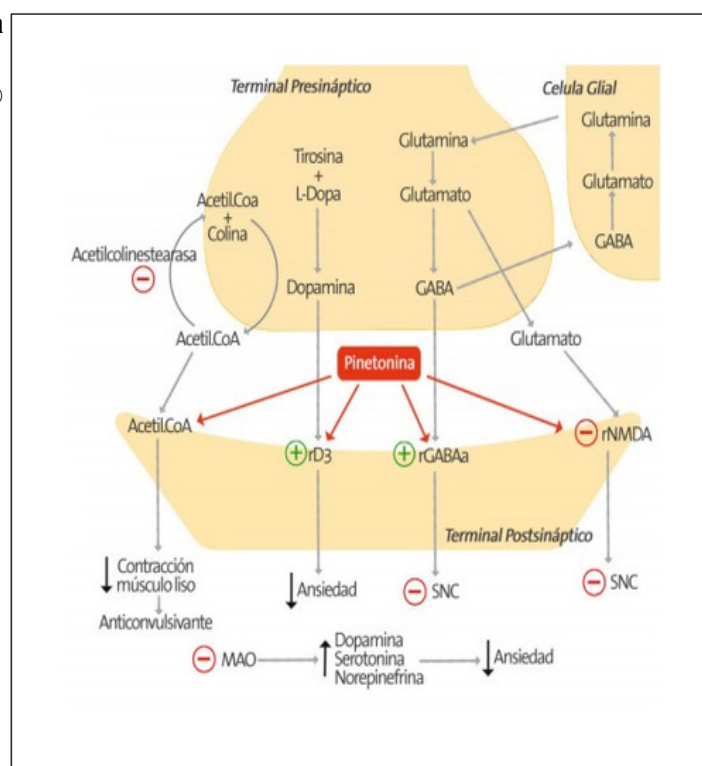
muscular por reduzir a

atividade da acetilcolinesterase;

- Reduz a ansiedade por aumentar a atividade dos receptores D3;
- Diminui a atividade do SNC por atuar na diminuição do glutamato e aumenta a atividade do GABA;
- Apresenta efeitos antidepressivos por atuar na inibição da monoamino oxidase (MAO);
- Age na proteção contra neurotóxicos.

2 - **Foeniculum Vulgare** (linalol, poneno e eugenol)

Apresenta efeitos fitoestrogênicos que resultam em diminuição da ansiedade.



Estudo Demonstra

Pinetonina® Age Diminuindo os Níveis de Cortisol e Aumenta a Atividade das Ondas Cerebrais Alfa

Estudo conduzido por Jardim **et al.** (2018) teve como objetivo investigar os efeitos da Pinetonina® nos níveis de cortisol e também na atividade das ondas cerebrais alfa e beta.

Para isso, foram avaliados 30 voluntários, com idades entre 18 e 35 anos, sexo masculino, todos estudantes universitários, com em média 4,5 horas de sono por noite. Eles foram

Grupo 1 (n=10)
Pinetonina® intranasal
Aplicar 2 puffs em cada
narina, duas vezes ao dia.

Grupo 2 (n=10)
Solução salina intranasal
Aplicar 2 puffs em cada
narina, duas vezes ao dia

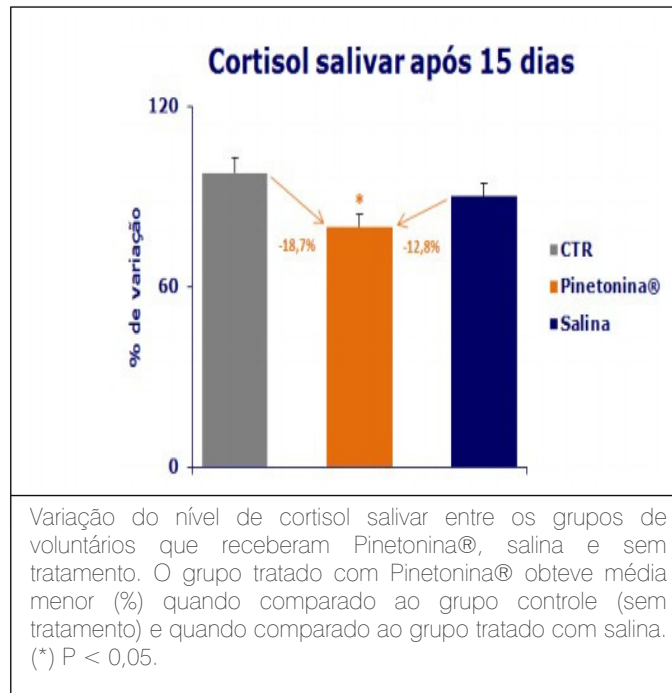
Grupo 3 (n=10)
Sem Tratamento –
Controle (CTR)

Resultados:

- Houve redução significativa ($p < 0,05$) nos níveis de cortisol salivar no grupo que recebeu Pinetonina®. O grupo tratado com salina, no mesmo esquema, não apresentou redução significativa. O grupo 3 também não apresentou alteração;
- A avaliação do eletroencefalograma dos voluntários que receberam Pinetonina® e salina, além daqueles que não receberam nenhum tipo de produto, mostrou que o uso da Pinetonina® influenciou no padrão de ondas alfa (□) e ondas beta (□). Voluntários tratados com Pinetonina® tiveram aumento significativo ($p < 0,05$) na frequência (Hz) das ondas alfa, que são ondas relacionadas ao relaxamento. Já os voluntários que receberam Pinetonina® apresentaram redução na frequência das ondas beta, ondas estas relacionadas ao alerta.

Conclusão:

A dosagem de cortisol salivar dos voluntários que fizeram aplicação intranasal de Pinetonina® nos permite concluir que os níveis deste hormônio, que se encontram elevados em situações de estresse, tiveram seu valor reduzido. Associado à redução do cortisol salivar, observou-se aumento no padrão de ondas alfa no SNC, indicando que a Pinetonina® pode promover relaxamento, ao mesmo tempo que reduz as ondas beta, responsáveis pelo estado de alerta.

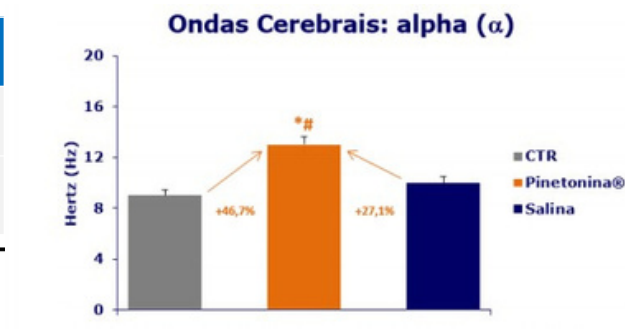


Formulário 1

Formulações para Redução do Estresse e Relaxamento

Spray Nasal de Pinetonina® reduz o Cortisol Salivar e Eleva as Ondas Alfa

Spray de Pinetonina®	
Pinetonina.....	30% a 50%
Spray nasal qsp.....	20 ml



Pulverizar 1 jato em cada narina, de 1 a 2 vezes ao dia. É importante que a embalagem seja específica para spray nasal, para que a vasão possa atingir adequadamente o bulbo olfativo ou conforme orientação médica.

Aumento significativo na frequência de ondas alfa no grupo que recebeu Pinetona® quando comparado aos grupos salina e controle (sem aplicação intranasal).

Serenzo™ - Ativo Derivado do Citrus sinensis para Redução do Estresse

Cápsulas de Serenzo™	
Serenzo™	500 mg
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia ou conforme orientação médica.

Após 12 semanas, Serenzo™ reduziu de forma significativa todas as pontuações dos questionários que avaliam o grau de estresse. O Serenzo™ reduziu em 50% os itens da Escala de Ansiedade de Hamilton (HAM-A), como preocupações e tensões (Nexira Health, França).

Ashwagandha Reduz os Marcadores do Estresse Psicológico e Fisiológico

Cápsulas de Ashwagandha	
Ashwagandha.....	300 mg
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula 2 vezes ao dia ao ou conforme orientação médica.

Os resultados do estudo conduzido por Choudhary **et al.** (2017) sugerem que a Ashwagandha reduz os marcadores do estresse psicológico e fisiológico, melhora o bem-estar mental, diminui os níveis de cortisol e reduz a compulsão por alimentos. Foi observada também uma diminuição significativa do peso e do IMC no grupo 1 quando comparado com o placebo. Concluiu-se que a Ashwagandha pode ser útil no controle do peso em pacientes com estresse crônico.

Formulário 2

Opções para Ansiedade e Sintomas Depressivos

L-Teanina para Redução da Ansiedade

Cápsulas de L-Teanina	
L-Teanina.....	200 mg
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia ou conforme orientação médica.

O presente estudo avaliou os efeitos da suplementação de 200 mg de L-teanina sobre as medidas de ansiedade em pacientes e verificou que ela é capaz de promover efeito relaxante nos pacientes em condições basais (Lu **et al.**, 2004).

Relora® - Reduz os Níveis de Cortisol Plasmático e Promove Redução da Ansiedade e Controla o Apetite

Cápsulas de Relora®	
Relora®	250 mg
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula 2 a 3 vezes ao dia ou conforme orientação do médico

Relora® é a combinação patenteada de constituintes ativos de plantas, o honokioleá berberina, com eficácia comprovada na diminuição da ansiedade, agitação do sono, níveis de cortisol e compulsão alimentar relacionada ao estresse. Um estudo conduzido por Talbott **et al.** (2013) avaliou os efeitos do Relora® nos níveis de cortisol plasmático em indivíduos com estresse psicológico crônico. De acordo com os resultados, o estado global de humor melhorou cerca de 11% no grupo Relora® comparado com o placebo ($p < 0,05$). Os índices que medem o estresse total também diminuíram no grupo Relora® comparado com o placebo ($p < 0,05$).

Ômega-3 como Adjuvante ao Citalopram em Pacientes Depressivos

Cápsulas de Citalopram	
Citalopram.....	20 mg
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia, ou conforme orientação médica.

+

Cápsulas de Ômega-3	
Ômega-3.....	1 g
Excipiente qsp.....	1 Cápsula

Administrar 1 cápsula ao dia, ou conforme orientação médica.

Estudo realizado por Masoumi **et al.**, (2016) teve como objetivo avaliar a eficácia da associação entre ômega-3 e citalopram no tratamento da desordem depressiva em mulheres pós-menopausadas. Os pesquisadores concluíram que a adição de ômega-3 ao citalopram apresentou resultados mais significativos na diminuição dos sintomas depressivos quando comparado a monoterapia com citalopram.

Referências

JARDIM, M. et al. Pinetonia®, an Intranasally Administered Essential Oil Preparation, Is Effective in Decrease of Cortisol Levels and on the Glutamate Release Modulation. *Neuroscience & Medicine*, 2018, 9, 135-149. ISSN Online: 2158-2947.

Nexira Health, França. CHOUDHARY, D. et al. Body Weight Management in Adults Under

Chronic Stress Through

Treatment With Ashwagandha Root Extract: A Double-Blind, Randomized, Placebo-Controlled Trial. *J Evid Based Complementary Altern Med*. 2017 Jan;22(1):96-106.

LU, K. et al. The acute effects of L-theanine in comparison with alprazolam on anticipatory anxiety in humans. *Hum Psychopharmacol*. 2004 Oct;19(7):457-65.

MASOUMI, SZ. et al. Citalopram in Combination with Omega-3 on Depression in Post-menopausal Women: A Triple Blind Randomized Controlled Trial. Effect of J Clin Diagn Res. 2016 Oct;10(10):QC01-QC05.

TALBOTT, SM1. et al. Effect of **Magnolia officinalis** and **Phellodendron amurense** (Relora®) on cortisol and psychological mood state in moderately stressed subjects. J Int Soc Sports Nutr. 2013 Aug 7;10(1):37. doi: 10.1186/1550-2783-10-37.