

**FACULDADE SANTO ANTÔNIO DE ALAGOINHAS
COLEGIADO DA ÁREA DE SAÚDE
CURSO DE BACHARELADO EM FARMÁCIA**

**O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE
TRANSTORNOS DE ANSIEDADE**

Alagoinhas/BA

2024

SUELAINÉ DA SILVA DA PAZ

**O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE
TRANSTORNOS DE ANSIEDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso (TCC),
apresentado à coordenação do curso de
Bacharelado em Farmácia da Faculdade
Santo Antônio (FSAA), como requisito
parcial para obtenção de título Bacharel
em Farmácia.

Orientador: Prof. Me Silas Gouveia Silva

Alagoinhas/BA

2024

SUELAINÉ DA SILVA DA PAZ

**O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE
TRANSTORNOS DE ANSIEDADE**

Trabalho de conclusão de curso,
aprovado como requisito para obtenção
do título de Bacharel em Farmácia do
curso de Farmácia da Faculdade Santo
Antônio de Alagoinhas - FSAA.

Orientador: Prof. Me Silas Gouveia Silva

Banca Examinadora:

Prof. Sila Gouveia silva
Faculdade Santo Antônio

Prof. Romildo dos Santos
Faculdade Santo Antônio

Prof. Andrei Brettas Grunwald
Faculdade Santo Antônio

O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE

Suelaine Da Silva Da Paz¹

Silas Gouveia Silva²

Curso Bacharelado em Farmácia da Faculdade Santo Antônio – campus Alagoinhas BA

Email: suelaine.201911068@fsaa.edu.br, silasgouveiasilva@gmail.com

RESUMO: Uma alternativa de tratamento aos sintomas de ansiedade são os medicamentos fitoterápicos, que são produzidos a partir de plantas medicinais. Estudos mostraram que plantas medicinais como *Passiflora incarnata*, *Matricaria recutita*, *Valeriana officinalis*, possuem eficácia comprovada no tratamento de transtornos de ansiedade devido a possuírem propriedades ansiolíticas e relaxantes. Deste estudo foi fornecer uma revisão integrativa da literatura que trata sobre os aspectos clínicos e legais sobre o uso de fitoterápicos no tratamento de transtornos de ansiedade. O presente trabalho foi construído metodologicamente como uma pesquisa bibliográfica, por meio de uma revisão integrativa nas bases de dados eletrônicas, sendo elas: SciELO, Bvs, Lilacs, PubMe, utilizando estudos que estivessem em acordo com o tipo de revisão. Resultados e discussões: A pesquisa mostrou que os fitoterápicos feitos à base das plantas medicinais, as quais foram objeto desse estudo, são eficazes no tratamento de pacientes com transtorno de ansiedade. Por fim, a pesquisa mostrou que os fitoterápicos à base das plantas medicinais mostraram uma boa opção para tratamentos de transtornos de ansiedade, seja de forma complementar ou até mesmo substitutiva aos tratamentos realizados com medicamentos sintéticos.

Palavras-chaves: Ansiedade; Plantas medicinais; Medicamentos fitoterápicos; *Passiflora incarnata*; *Matricaria chamomilla*; *Valeriana officinalis*.

SUMMARY: An alternative treatment for anxiety symptoms is herbal medicines, which are produced from medicinal plants. Studies have shown that medicinal plants such as *Passiflora incarnata*, *Matricaria recutita*, *Valeriana officinalis*, have proven efficacy in treating anxiety disorders due to their anxiolytic and relaxing properties. This study was to provide an integrative review of the literature that deals with the clinical and legal aspects of the use of herbal medicines in the treatment of anxiety disorders. The present work was methodologically constructed as bibliographical research, through an integrative review in electronic databases, namely: SciELO, Bvs, Lilacs, PubMe, using studies that were in accordance with the type of review. Results and discussions: The research showed that herbal medicines made from medicinal plants, which were the subject of this study, are effective in treating patients with anxiety disorders. Finally, the research showed that herbal medicines based on medicinal plants were a good option for treating anxiety

¹ Acadêmica do curso de Farmácia da Faculdade Santo Antônio – Alagoinhas BA

² Biomédico Mestre, Professor e Orientador da Faculdade Santo Antônio – Alagoinhas BA

disorders, whether as a complement or even as a substitute for treatments carried out with synthetic medicines.

Keywords: Anxiety; Medicinal plants; Herbal medicines; *Passiflora incarnata*; *Matricaria chamomilla*; *Valeriana officinalis*.

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma emoção normal que representa um “sinal de alarme” ao perigo ou ameaça real ou imaginária, representando um fator evolutivo de proteção. No entanto, quando exacerbada e desproporcional, pode constituir um problema de saúde, passível de tratamento (BRASIL, 2022).

Em geral, a experiência de ansiedade é caracterizada pela presença de sintomas físicos, acompanhada, na maioria das vezes, de pensamentos de dúvida, antecipação de problemas ou pensamentos catastróficos, associados a modificações no comportamento, especialmente evitações de situações temidas. Pode ser vista como sintoma de transtornos psiquiátrico e/ou como reação emocional não patológica associada a diversos contextos de vida (BRASIL, 2022).

O tratamento da ansiedade, seja com Psicoterapia ou com o médico Psiquiatra, faz uso de medicamentos devidamente prescritos. Nesse contexto, verificou-se que a procura por remédios naturais no sistema público de saúde (SUS) do Brasil está em alta. Muito ligado à tradição popular brasileira, o costume foi codificado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e incorporado ao receituário do Sistema Único de Saúde (SUS), com boa receptividade. (BRASIL, 2018)

No décimo aniversário da Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, em 2016, o Ministério da Saúde estimou que a quantidade de pessoas que buscaram os tratamentos à base de plantas havia crescido mais de 160% em dois anos. (BRASIL, 2018)

No Brasil, essa procura se estabelece devido ao fato de termos uma flora rica e diversa, constituindo-se em um grande potencial para o desenvolvimento da ciência biomédica, e com isso a fabricação de medicamentos fitoterápicos à base dessas plantas vem sendo intensificada. (BRASIL, 2006)

Com o avanço da Fitoterapia mundialmente, entre ações curativas e preventivas e sua aplicação tem sido estimulada a partir da avaliação dos extratos de plantas com diversas utilidades, como antibacteriana, anti-inflamatória, anti-hemorragica, anestésica (SAVAGE et al., 2018).

De acordo com os dados coletados, medicamentos naturais vêm sendo aplicados na medicina popular desde os primórdios da humanidade conforme a cultura de cada povo. No entanto, a sociedade científica atual tem avançado em estudos e pesquisas sobre o poder medicinal das plantas, conduzindo à produção de uma variedade de medicamentos, denominados de fitoterápicos, para o emprego no tratamento de várias enfermidades (SANTOS et al., 2021).

De acordo com a Organização mundial de Saúde (2020) o Brasil é o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade do mundo, 9,3% dos brasileiros têm algum transtorno de ansiedade. Na procura de amenizar os efeitos causados pelos medicamentos sintéticos, plantas medicinais e fitoterápicos vem ganhando espaço como uma ótima alternativa no tratamento da ansiedade, devido ao seu baixo custo, fácil acesso,

e por ser denominado um método menos agressivo de tratamento e não gerar dependência (PESSOLATO et al., 2021).

Por esse motivo, é relevante que se estude as propriedades farmacológicas dos medicamentos fitoterápicos citados e seus efeitos no ser humano, como também apresentar suas propriedades terapêuticas (BRASIL 2022). Esse trabalho visa destacar os benefícios da *Passiflora incarnata*, da *Matricaria recutita* e da *Valeriana officinalis* como alternativa para o tratamento do transtorno de ansiedade.

As referências reunidas, evidenciam que as plantas medicinais são amplamente utilizadas e conhecidas por desempenhar um papel importante na terapia e intervenção de algumas doenças, dentre elas, as relacionadas à área psiquiátrica e psicológica, com destaque ao tema desse trabalho: os transtornos de ansiedade.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Destacar o uso de plantas medicinais no tratamento de transtornos de ansiedade como uma alternativa ou intervenção para substituir os medicamentos sintéticos.

2.2 Objetivos Específicos

- Revisar Políticas Públicas do SUS na orientação da utilização de fitoterápicos;
- Revisar as características farmacológicas da *Passiflora incarnata*, da *Matricaria recutita* e da *Valeriana officinalis*;
- Apresentar as propriedades terapêuticas da *Passiflora incarnata*, da *Matricaria recutita* e da *Valeriana officinalis*.

3 METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica por meio de uma revisão integrativa. A pesquisa bibliográfica é feita com o intuito de elevar um conhecimento disponível sobre teorias, a fim de analisar, produzir ou explicar o objeto sendo investigado. A pesquisa bibliográfica visa então analisar as principais teorias de um tema e pode ser realizada com diferentes finalidades (CHIARA, KAIMEN, et al., 2008).

A revisão integrativa é descrita como um método científico que realiza um estudo com coleta de dados realizada a partir de fontes secundárias, por meio de levantamento bibliográfico e baseado na experiência vivenciada pelos autores por ocasião da realização de uma revisão integrativa. O propósito inicial deste método de pesquisa é obter um profundo entendimento de um determinado fenômeno baseando-se em estudos anteriores (Broome, ME 2000).

Para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados: Literaturas Latino-Americana e do Caribe, em Ciências da Saúde (LILACS) e em sites de órgãos governamentais. Os critérios de inclusão definidos para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português, inglês e espanhol; artigos na íntegra que verssem sobre pesquisas bibliográficas de revisão integrativa sobre com artigos publicados e indexados nos referidos bancos de dados nos últimos cinco anos.

4 DESENVOLVIMENTO

4.1 Programa Nacional De Plantas Medicinais E Fitoterápicos

A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos foi criada pelo Decreto nº 5.813, de 22 de junho de 2006, com o objetivo de garantir à população brasileira o acesso seguro e o uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos, promovendo o uso sustentável da biodiversidade, o desenvolvimento da cadeia produtiva e da indústria nacional.

A implantação da Política Nacional de Práticas Integrativas e complementares no Sistema Único de Saúde (SUS) oportunizou a oficialidade para os medicamentos fitoterápicos - aqueles produzidos diretamente a partir de plantas - e também para o costume de usar a flora no tratamento de problemas de saúde. Muito ligado à tradição popular brasileira, o costume foi codificado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e incorporado ao receituário do Sistema Único de Saúde (SUS) com boa receptividade por parte da população que necessita desse tipo de medicamento e/ou tratamento alternativo (BRASIL, 2018).

Responsável pela fiscalização do setor, a Anvisa mantém uma compilação de plantas e suas diversas utilidades, formas de aproveitamento, posologias e contraindicações: a Farmacopeia Brasileira. O documento serve de base para todos os estudos que têm como base o uso de medicamentos fitoterápicos. O órgão adverte que a medicação natural não deve ser considerada inofensiva e que as experiências pessoais podem e devem variar; portanto, é preciso cautela e pesquisa (BRASIL, 2018).

O processo para consolidar um remédio fitoterápico é longo. Inicia-se com testes pré-clínicos, os quais envolvem experimentação em animais de crescente complexidade genética. Dependendo dos resultados farmacológicos e toxicológicos, passa-se, então, aos testes clínicos, em que se verifica a aplicação em humanos. Apenas depois disso é que se pode pensar em comercializar (BRASIL, 2018).

4.2 Fitoterápicos Como Alternativa Terapêutica Para O Tratamento De Transtornos De Ansiedade

A ansiedade é uma reação emocional que pode estar presente em qualquer momento da vida e ser causada por diferentes situações. É um recurso importante e funcional para o organismo humano, pois é responsável pela adaptação em casos desconhecidos, além de ser encarregada de alertar o corpo e a mente em momentos de perigo. A ansiedade se torna um transtorno quando manifestada de modo exagerado e persistente, atrapalhando diferentes áreas da vida, tornando-a disfuncional (BRASIL, 2018).

Atualmente, nota-se que os transtornos de ansiedade vêm prevalecendo na população, não escolhendo idade nem classe social ou gênero. Já se tornou um problema de saúde pública do século XXI. O Brasil é considerado uma das regiões com maior taxa de indivíduos que sofrem transtorno de ansiedade, atingindo cerca de 5,6% da população, sendo considerado um dos fatores relacionados ao número crescente de suicídios no país (SILVA et al., 2020).

De acordo com uma pesquisa da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgada em 2017, o Brasil é líder no mundo em prevalência de transtornos de ansiedade. Segundo Dados da Organização Mundial de Saúde (OMS) apontam que o Brasil é o país com o maior número de pessoas ansiosas: 9,3% da população. Há também um enorme alerta sobre a saúde mental dos brasileiros, já que uma em cada quatro pessoas no país sofrerá com algum transtorno mental ao longo da vida (BRASIL 2023).

Segundo pesquisa da UFPel em parceria com a Organização Global de Saúde Pública Vital Strategies (31,6%) da população mais jovem, de 18 a 24 anos, é ansiosa - os maiores índices de ansiedade - líder dentre todas as faixas etárias no Brasil. As prevalências são maiores no Centro-Oeste (32,2%) e entre as mulheres (34,2%). Associados a esses dados, existe a expectativa de um aumento significativo nos próximos anos, na incidência de transtornos depressivos e ansiosos em decorrência do período de quarentena, proposto como medida de isolamento para conter a transmissão da Covid-19.

A grande vantagem do fitoterápico é que ele diminui os efeitos indesejáveis se comparado aos medicamentos tradicionais. Existem plantas que podem ser utilizadas no tratamento dos transtornos de ansiedade, uma vez que elas possuem ações ansiolíticas, com eficácia comprovada e em função disso, foram aprovadas pela legislação de fitoterápicos (ANVISA, 2016).

Com isso, muitos pacientes têm buscado novas alternativas terapêuticas para amenizar os sintomas associados à ansiedade e o uso de fitoterápicos vem se destacando cada vez mais, porque representa uma alternativa menos agressiva pela menor incidência de efeitos colaterais (OLIVEIRA; MOYA, ALTOÉ, 2022).

No Brasil, plantas medicinais como a *Passiflora incarnata* (maracujá), a *Matricaria recutita* (camomila) e a *Valeriana officinalis* (valeriana) são amplamente utilizadas no tratamento de transtornos de ansiedade (MORAES, REZENDE 2020).

4.3 *Passiflora Incarnata* L (Maracujá)



Fonte: tuasaude.com

A *Passiflora incarnata* é um fitoterápico isento de prescrição médica, é muito utilizada no tratamento da ansiedade por ter ação ansiolítica e agir como sedativo leve. A espécie *Passiflora incarnata* é conhecida popularmente como maracujá, e é uma espécie vegetal da família Passiflorácea, originária da América do Norte e América Central e encontra-se distribuída em regiões de clima temperado (MORAES, REZENDE 2020).

A espécie do interesse deste trabalho, *Passiflora incarnata*, tem ação depressora do Sistema Nervoso Central (SNC), e é por esta razão que o vegetal apresenta propriedades ansiolíticas, anticonvulsionantes e sedativas. A literatura científica aponta que o gênero *Passiflora* age inibindo a monoamina oxidase (MAO) e ao mesmo tempo, ativa os receptores do ácido gama-aminobutírico (GABA), ambos relacionados a quadros de ansiedade (SANTOS, GALINDO, QUEIROZ, 2020)

Levando em consideração os constituintes químicos presentes no vegetal, *Passiflora incarnata*, citando-os, os flavanoides, alcaloides, harmana, harmina, vitexina e vitexina, são capazes de desencadear ações farmacológicas inespecíficas no sistema

nervoso central, e conseqüentemente, os efeitos se constituem em sedativo (calmante), ou seja, ansiolíticos (SANTOS, GALINDO, QUEIROZ, 2020).

Contraindicado durante a gravidez e para menores de 12 anos, devido à falta de dados adequados que comprovem a segurança nessas situações e durante tratamento com sedativos e depressores do sistema nervoso as formas de apresentação incluem cápsulas ou comprimidos contendo a droga vegetal (raízes secas) ou extratos, hidroetanólicos e aquosos, e a tintura. O tempo de utilização recomendado para alcançar um efeito ótimo de tratamento é de 2 a 4 semanas, não sendo recomendado em tratamento agudo. (MORAES, REZENDE 2020).

4.4 **Matricaria Chamomilla L (Camomila)**



Fonte: tuasaude.com

A *Matricaria chamomilla* L (Camomila) é utilizada na medicina popular como medicamento fitoterápico pelas suas propriedades ansiolíticas. Também é indicada como antiespasmódico, sedativo leve e anti-inflamatório em afecções de cavidade oral. Tanto o chá quanto os óleos de camomila são popularmente administrados como calmantes. As flores da planta são utilizadas para produzir o extrato e o medicamento (MORAES, REZENDE 2020).

As principais classes químicas são os flavonoides, cumarina, e estima-se que a propriedade ansiolítica seja decorrente da capacidade de afetar as concentrações de GABA, um neurotransmissor importante para quem busca relaxamento e concentração, bem como de Noradrenalina e Dopamina e alterar a neurotransmissão de Serotonina ou ainda modulando o eixo hipotálamo-hipofisário-adrenocortical. Seu uso é contraindicado para gestantes e pacientes com história de hipersensibilidade ou alergia (MORAES, REZENDE 2020).

Essa planta costuma ser utilizada na forma de chás, tais que além de seus efeitos calmantes e popularmente conhecidos, possuem várias evidências de que em um ou mais de seus flavonoides possuem atividades ansiolíticas que afetam o ácido gama-serotonina (LIMA; LIMA FILHO; OLIVEIRA, 2019).

É uma planta frequentemente utilizada na medicina tradicional por apresentar propriedades que auxiliam no controle da insônia por conterem efeitos calmantes e relaxantes. Além disso, a camomila pode atuar no sistema digestório auxiliando dessa forma no processo de digestão (CARVALHO et al., 2019).

Não foram encontrados na literatura obras que limitem um tempo máximo de uso, assim como não foram encontrados dados sobre problemas decorrentes de superdosagem, o que indica uma não toxicidade e uma vantagem em seu uso. As formas de apresentação são por cápsula ou comprimido contendo o extrato seco e o extrato fluido, com administração via oral ou tópica (MORAES, REZENDE 2020).

4.5 **Valeriana Officinalis L (Valeriana)**



Fonte: Getty Images

A *Valeriana officinalis* (Valeriana) é um medicamento fitoterápico vendido apenas sob prescrição médica, um dos mais popularmente utilizados no de transtorno de ansiedade e da insônia, usado como sedativo moderado e hipnótico. Em estudos farmacológicos não clínicos feitos em animais, evidenciou-se ação depressora central, sedativa, ansiolítica, espasmolítica e relaxante muscular pelo ácido valerênico, que diminuiu a degradação do ácido gama aminobutírico (GABA) e aumentou sua concentração na fenda sináptica - esse é possivelmente um mecanismo similar que induz estes efeitos em humanos (MORAES, REZENDE 2020).

Validado pela ANVISA–Agência Nacional de Saúde, a planta possui propriedades químicas e farmacológicas eficaz no tratamento desses transtornos, podendo evitar problemas toxicológicos pelo excesso do uso de medicamentos controlados e dependências destes mesmos, porém seu uso deve ser policiado com cautela, pois todo medicamento mesmo sendo planta exige uma dosagem correta para seguir, em especial este, por apresentar interações com outros fármacos que potencializam seus efeitos depressivos sob o sistema nervoso central (RODRIGUES, PIMENTEL, BARROS, MARTINS 2021).

A parte utilizada para produção do medicamento é a raiz e as principais classes químicas são monoterpenos, sesquiterpenos, epóxi-iridóides e valepotriatos. Contraindicações e efeitos adversos: É contraindicado em menores de 12 anos, gestantes, lactentes e pacientes com histórico de hipersensibilidade ou alergia a algum dos componentes da fórmula. Os efeitos adversos clinicamente, foram raros e leves, sendo eles tontura, desconforto gastrointestinal, alergia de contato e outros (MORAES, REZENDE 2020).

Por possuir propriedades sedativas e relaxantes, Pinheiro (2018) relata que a valeriana serve como um calmante natural contra a depressão e o estresse, e é indicada para outros inúmeros sintomas, dentre eles: reações histéricas, hiperatividade, convulsões, crises epiléticas, cólicas menstruais e sintomas de menopausa. Conforme Almeida (2019) a valeriana não pode ser consumida na gravidez. A planta seca pode ser utilizada quatro vezes ao dia de 2 a 4 gramas, e em infusão também até quatro vezes ao dia de 1 a 3 gramas.

As formas de apresentação incluem cápsulas ou comprimidos contendo a droga vegetal (raízes secas) ou extratos, hidroetanólicos e aquosos, e a tintura. O tempo de utilização recomendado para alcançar um efeito ótimo de tratamento é de 2 a 4 semanas, não sendo recomendado em tratamento agudo (MORAES, REZENDE 2020).

5 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O quadro abaixo, demonstra o efeito da *Passiflora incarnata*, *Matricaria chamomilla* e da *Valeriana officinalis* em estudos clínicos e no tratamento do transtorno da ansiedade.

Autor	Tipos de Estudo	AMOSTRA	Intervenção	Duração	Resultados
/			/	/	

Ano			Dosagem(mg)	Semanas	
Dantas et, al 2016.	Ensaio clínico controlado, randomizado, duplo-cego e cruzado.	40 pacientes, submetidos a extração bilateral de terceiros molares inferiores.	Partes dos participantes receberam 15 mg de Midazolam e a outra parte 260 mg de Passiflora incarnata L.	30 minutos.	Mais de 70% dos pacientes ficaram quietos ou menos ansiosos. 20% dos pacientes revelaram ter ocorrido amnésia, enquanto a passiflora pequena ou nula capacidade na memória.
Azimaraghi et al., 2017.	Duplo-cego, randomizado e de grupos paralelos.	128 pacientes, estado físico I ou II da ASA, submetidos a herniorrafia inguinal.	68 indivíduos receberam 500 mg de Passiflora incarnata. 60 pacientes receberam 10 mg de Oxazepam.	90 minutos.	Administração como pré-medicação de Passiflora incarnata diminuiu a ansiedade mais do que o Oxazepam e sem prolongar a recuperação do comprometimento da função psicomotora. O tempo de recuperação dos indivíduos,

					não teve distinção.
MAO, et, al 2016	Ensaio clinico Randomizado	93 Pacientes com diagnóstico de TAG do Eixo- I (DSM- IV), com idade de 18 anos ou mais.	Fase 1: 500mg cápsulas de 500 mg 3 vezes ao dia. Fase 2: terapia continuada placebo ou camomila.	38 semanas	(n = 7/46; 15,2%) obtiveram recaídas durante o acompanhamento. O tempo médio para recaída foi de 11,4 + ou menos 8, 4 semanas para a camomila e 6, 3 + ou menos 3, 9 semanas para placebo. Os sintomas de TAG pequenos do que os pacientes que usaram placebo. Ocorreu diminuição de peso corporal, e redução da pressão arterial.
Amsterdã et, al 2020.	Ensaio randomizado duplo-cego.	179 indivíduos	Estrato seco camomila 500mg 3 vezes ao dia.	8 semanas	Os efeitos dos ansiolíticos observados no decorrer do tempo nos subgrupos, mostraram

					que houve uma redução maior nos escores dos sintomas centrais do HRSD ($p < 0,023$) e uma queda no nível de tendência nos escores completos do HRSD ($p = 0,14$) e nos escores completos do BPI ($p = 0,060$) em pacientes comorbidade.
Benke, et, al 2014	Labirinto em cruz elevado (EPM), Ensaio de ligação	Camundongos CD- 1 machos, tecido dissecado do córtex frontal de ratos machos RjHan: WI	Extrato por via oral (0,1ml/10g de peso corporal)	(EPM) = 7 min, Ensaio de ligação 2h.	A inclusão do ácido acetoxi teve evolução na ação ansiolítica do ácido valerênico. Não ocorreu efeito na temperatura corporal. Contudo o extrato não apontou nenhuma afinidade com os sítios dos benzodiazepínicos.
Pinheiro at. al 2014	Um estudo randomizado, duplo-cego,	20 voluntários entre 27 e 31 anos.	Dosagem	Pré-operatório 1 h antes do	As análises feitas com a valeriana em

	controlado por placebo, boca dividida		100mg de valeriana ou placebo Dose única, (via oral)	procedimento Intervenção.	pacientes que passaram por este procedimento odontológico. Foram observados que o nível de ansiedade diminuiu. E também foram observados que o fitoterápico teve o maior efeito na manutenção da frequência cardíaca e da pressão arterial.
--	---------------------------------------	--	---	------------------------------	--

A coleta de dados para este trabalho teve início com a busca por artigos científicos, nas bases de dados descritas na metodologia, obedecendo-se aos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos por usar apenas trabalhos que não tratasse de revisões bibliográficas.

Segundo estudo clínico sobre a *Passiflora incarnata*, 52,5% das amostras foram compostas por pacientes que tinham nível baixo de ansiedade. Resultados que se assemelharam com outros estudos que prevalência foi de 47,6 % Estudos mostraram uma prevalência de 2,5% em pacientes que demonstraram ansiedade, diferentes de outros estudos que foram de 12%. (Campos et. al 2019).

Os pacientes que foram submetidos ao uso do benzodiazepínicos relataram que tiveram depressão respiratória um efeito colateral do ansiolítico. No estudo foram empregados o midazolam e a passiflora com a passiflora os resultados não mostraram efeitos colaterais, porém é foram vistos como ansiolíticos seguros (ISLAM, FAN 2019).

Em muitos estudos os pacientes relataram a sonolência como efeitos adversos. Em um estudo 66, 7% dos pacientes tiveram sonolência após a ingestão oral do midazolam. No estudo atual a sonolência ambos os ansiolíticos ocasionaram efeitos adversos nos pacientes com 82,5% dos que receberam midazolam e 50% a passiflora. (RIBEIRO et, 2017).

A estrutura química da *P. incarnata* é predominantemente composta por metabólitos, como os aminoácidos, alcaloides indólicos (0,03%), cianoglicosídeos,

carboidratos, fenóis, maltol, substâncias voláteis, e em maior concentração (1,5-2,5%), os flavanóides, em especial as C-glicosil flavanas, derivadas da leucenina, vicentina, issoorientina e isovitexina (Santos et al., 2020).

Este estudo demonstrou que os pacientes que receberam comprimidos orais de *P. incarnata* como pré-medicação apresentaram 50% menos ansiedade pré-operatória do que aqueles que receberam oxazepam pré-operatório, enquanto o efeito de ambos os medicamentos na função psicomotora pós-operatória foi o mesmo. Portanto, *P. incarnata* é um candidato seguro e mais forte para redução de prevalência de ansiedade pré-operatória em comparação ao Oxazepam (Azimaraghi et al., 2017).

Já em relação *Matricaria chamomilla* foram feitos poucos estudos para a avaliação da segurança e eficácia dos medicamentos fitoterápicos a longo prazo. Nessa pesquisa realizada por meio do estudo randomizado controlado por placebo por 38 semanas, descobriram que alguns dos voluntários que reagiram ao tratamento com a camomila, o destaque na diferença foram (em torno de 50%) dentro do tempo de recaída com a camomila e o placebo os resultados primários foram relevantes, logo não conseguiram êxito estatístico. Os voluntários que participaram do estudo secundário, os resultados do GAD-7 e PGWBI mostraram que com a camomila obtiveram poucos sintomas específicos da GAD e excelente bem está psíquico entre aqueles que trocaram para o placebo. (MCLNTYE; SALIBA; MORAN 2015)

Com isso, também o consumo a longo prazo com 1.500mg do extrato da camomila demonstram segurança, com os voluntários com obesidade e hipertensão comparando com o placebo. Foram também observados que as taxas de resposta aguda com a camomila na fase aberta estariam na faixa de resultado farmacêutico mencionado na literatura. (SOELLER et; al 2016).

Pesquisas anteriores realizadas em indivíduos com TAG e depressão comórbida e TAG sem de repressão comórbida que realizaram a ingestão de extratos de camomila foram observadas grandes reduções nos escores de HRSD durante a aplicação da camomila vs. placebo. (SHULTS et; al 2012).

Autores realizaram um novo estudo sobre os efeitos do extrato da camomila em pacientes com TAG sem depressão e TAG com depressão. Após os estudos autores surgiram com hipótese de que o extrato de camomila tinha um efeito ansiolítico para ambos os subgrupos. (AMSTERDÃ et, al 2012).

No estudo clinico feito com a *Valeriana officinalis*, a ação ansiolítica do VE obteve resposta concretas sobre o conteúdo do ácido VA, demonstram a ação com o valeronol 6- metilapinegina e linarina, e outros componentes do Extrato demonstram ação no canal GABA. Esses resultados foram utilizados com experiências in vitro. Esses estudos precisaram da confirmação em estudos in vivo. (Becker et. al 2014)

Em outros estudos foram relatados uma inibição no VE nas enzimas de degradação cerebral do GABA onde adicionaram VA que também interagem com os receptores glutamato, por onde os efeitos ansiolíticos ocorreram em ambos. (Becker et. al 2014)

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O conteúdo trabalhado nessa pesquisa de revisão integrativa, foi de totalmente de caráter científico, respeitando dessa forma as normas da (ABNT), respeitando todos os autores, e consequentemente referenciando todos os dados coletadas, e que serviram de base

teórica para a construção dessa pesquisa, trazendo subsídios para que se pudesse compreender os conceitos gerais sobre a utilização no Brasil de Plantas medicinais e fitoterápicos.

A pesquisa mostrou que estamos diante de um mundo ansioso. Brasil é líder mundial, em prevalência de transtornos de ansiedade, e que cada vez mais, as pessoas buscam tratamentos terapêuticos alternativos para essa patologia, dentre os quais destacamos nessa pesquisa o uso de medicamentos fitoterápicos a base de plantas medicinais (OMS 2020).

A *Passiflora incarnata*, a *Matricaria recutita* e a *Valeriana officinalis* foram as plantas escolhidas para a realização desse trabalho e isso se deu devido a sua grande utilização e a comprovação de resultados importantes no tratamento dos distúrbios de ansiedade, principalmente por apresentarem efeitos sedativo e relaxante. Em função disso, os fitoterápicos foram regulamentados pelo Ministério da Saúde e estimulados para o uso medicinal pela Organização Mundial da Saúde (OMS 2020).

Os medicamentos fitoterápicos representam uma alternativa segura e eficaz para o tratamento do transtorno da ansiedade, além de ser de fontes naturais, facilitando o acesso dos pacientes, são de baixo custo, e apresentam boa adesão ao tratamento por serem fundamentadas no conhecimento popular e fortalecidas pelas políticas públicas, que estimulam desde os estudos para comprovar eficácia, até os profissionais de saúde a aprofundar os seus conhecimentos sobre as plantas e suas indicações terapêuticas, promovendo o uso racional (MEDEIROS, PEREIRA, SANTOS, 2022)

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J. M. C. D. (2019). Política de saúde mental no Brasil: o que está em jogo nas mudanças em curso. *Cadernos de Saúde Pública*, 35, e00129519. Disponível em :< <https://doi.org/10.1590/0102311x00129519> > Acesso em : 20 Jan. 2024

AMSTERDÃ Jay D. .Efeito antidepressivo putativo do extrato oral de camomila (*Matricaria chamomilla* L.) em indivíduos com transtorno de ansiedade generalizada e depressão comórbidos. Disponível em :<<https://doi.org/10.22159/ajpcr.2017.v10i8.18852>> Acesso em: 18 Jan. 2024

AZIMARAGHI, O., YOUSEFSAHI, F., KHATAVI, F., ZAMANI, M. M., & MOVAFEGH, A. (2017). Both Oral *Passiflora Incarnata* And Oxazepam Can Reduce Pre-Operative Anxiety In Ambulatory Surgery Patients: A Double-Blind, Placebo-Controlled Study. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*, 10(8), 331. Disponível em :<<https://doi.org/10.22159/ajpcr.2017.v10i8.18852>> Acesso em: 15 Jan. 2024

BRASIL, AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA – ANVISA. **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**. 2. ed. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2021. Disponível em:<<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/farmacopeia/formulario-fitoterapico/arquivos/2021-fffb2-final-capa2.pdf> >. Acesso em: 12 dez. 2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Informes técnicos: orientações sobre o uso de fitoterápicos e plantas medicinais**. Brasília, 2022, 29 p. Disponível em:<<https://www.gov.br/anvisa/ptbr/centraisdeconteudo/publicacoes/medicamentos/pub>

licacoes-sobre-medicamentos/orientacoes-sobre-o-uso-de-fitoterapicos-e-plantas-medicinais.pdf>. Acesso em: 21 out. 2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Práticas integrativas e complementares plantas medicinais e fitoterapia na Atenção Básica**. Brasília, 06/12/2022, 154 p. Disponível em:<<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/sectics/daf/pnmpmf/publicacoes/cadernos-de-atencao-basica-2013-praticas-integrativas-e-complementares-plantas-medicinais-e-fitoterapia-na-atencao-basica/view>>. Acesso em: 21 out. 2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS**. Brasília, 2023. Disponível em:<https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf>. Acesso em : 30 out. 2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde: **5ª Conferencia Nacional de Saúde Mental**. Brasília, 2023. Disponível em: <<https://conselho.saude.gov.br/ultimas-noticias-cns/2971-27-04-live-transtornos-mentais-e-adoecimento-no-ambiente-de-trabalho-como-enfrentar#:~:text=Dados%20da%20Organiza%C3%A7%C3%A3o%20Mundial%20de,mental%20ao%20longo%20da%20vida.>>. Acesso em: 30 out. 2023.

BRASIL, Senado Federal. **Tratamento com fitoterapicos na rede pública de Saúde**, Brasília, 2018, Disponível em:<<https://www12.senado.leg.br/noticias/especiais/especial-cidadania/tratamento-com-fitoterapicos-aumenta-na-rede-publica-de-saude>>. Acesso em 8 nov. 2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Transtornos de ansiedade podem estar relacionados a fatores genéticos**. Brasília, 2022. Disponível em:<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/transtornos-de-ansiedade-podem-estar-relacionados-a-fatores-geneticos>>. Acesso em: 25 out. 2023.

Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário, v. 9, 2020. **A fitoterapia na Atenção Primária à Saúde segundo os profissionais de saúde** .do Rio de Janeiro e do Programa Mais Médicos Disponível em:<<https://www.cadernos.prodisa.fiocruz.br/index.php/cadernos/article/view/637>>. Acesso em: 18 dez. 2023.

CASTILLO, Ana Regina; RECONDO, Rogéria; ASBAHR, Fernando R.; MANFRO, Gisele. Transtorno de ansiedade. Rev. Bras Psiquiatria 2000; 22 (Supl II):20-3.

CERVO, A. L. BERVIAN, P. A. Metodologia científica. 5. ed. São Paulo: Prentice Hall, 2002.

CHIARA, Ivone Di; KAIMEN, Maria Júlia; CARELLI, Ana Esmeralda. **Normas de documentação aplicadas à área de saúde**. Rio de Janeiro: Ed. E-papers, 2008.

CONSELHO FEDERAL DE ENFERMAGEM. **Guia de saúde mental pós-pandemia no Brasil**. S.d. Disponível em:<http://dasu.unb.br/images/Material_educativo/Guia_de_sade_mental_ps-pandemia_no_brasil.pdf>. Acesso em: 12 dez. 2023.

DANTAS, L., DE OLIVEIRA-RIBEIRO, A., DE ALMEIDA-SOUZA, L., & GROppo, F. (2017). Effects of passiflora incarnata and midazolam for control of anxiety in patients undergoing dental extraction. *Medicina Oral Patología Oral Y Cirugía Bucal*, 22 (1), e95-101. Disponível em :< <https://doi.org/10.4317/medoral.21140>> Acesso em: 15 Jan. 2024

ESTADÃO, Conteúdo. Brasil é o país mais ansioso do mundo, segundo a OMS. Disponível em:< <https://exame.com/ciencia/brasil-e-o-pais-mais-ansioso-do-mundo-segundo-a-oms/>>. Acesso em: 20 dez. 2023.

GIL, Antônio C. Métodos e técnicas de pesquisa social. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2006.

LIMA, S. S.; LIMA FILHO, R. O.; OLIVEIRA, G. L. Aspectos farmacológicos da Matricaria recutita(camomila) no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada e sintomas depressivos. *Visão Acadêmica*, Curitiba, v. 20, n. 2, p. 9, abr. 2019. Disponível em : < <https://revistas.ufpr.br/academica/article/view/66119> > Acesso em : 20 Jan. 2024

MAO, J. J., XIE, S. X., KEEFE, J. R., SOELLER, I., LI, Q. S., & AMSTERDAM, J. D. Long-term chamomile (*Matricaria chamomilla* L.) treatment for generalized anxiety disorder: A randomized clinical trial. **Phytomedicine: international journal of phytotherapy and phytopharmacology**, v. 23, n. 14, p. 1735–1742, 2016. Disponível em: <<https://doi.org/10.1016/j.phymed.2016.10.012>.> Acesso em: 18 Jan. 2024

MEDEIROS Gabryel Hermida, PEREIRA Jucilane Leite, SANTOS Kamilla Félix Dos: O USO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE. Disponível em:< [file:///C:/Users/Jefferson/Downloads/38643-Article-419709-1-10-20221214%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Jefferson/Downloads/38643-Article-419709-1-10-20221214%20(3).pdf)> Acesso em: 20 Jan. 2024

MORAES, Kesley Anthony de Souza, REZENDE, Jéssica Meireles de .**Abordagem terapêutica da ansiedade com Fitoterápicos: o que temos oficialmente?**Disponível em :< <https://farmacoclinica.uff.br/wp-content/uploads/sites/237/2020/08/LIGA-01-Final-Abordagem-terap%C3%AAutica-da-ansiedade-com-Fitoter%C3%A1picos-REV-23-06-2020.pdf>> Acesso em: 25 out. 2023

NANDHINI, S.; NARAYANANI, K. B.; ILANGO, K. **Valeriana officinalis**: A review of its traditional uses, 2018. *Phytochem. Pharmacol. Asian J. Pharm. Clin. Res.*, 11 (1): 36-41. Disponível em :<https://www.researchgate.net/publication/322207261_VALERIANA_OFFICINALIS_A_REVIEW_OF_ITS_TRADITIONAL_USES_PHYTOCHEMISTRY_AND_PHARMACOLOGY>. Acesso em: 20 dez. 2023.

OLIVEIRA, C. R. de; MOYA, L. C.; ALTOÉ, T. G. **Uso de fitoterápicos como potenciais aliados em períodos de pandemia.** 2022. Disponível em: <<https://multivix.edu.br/wp-content/uploads/2022/05/uso-de-fitoterapicos-como-potenciais-aliados-em-periodos-de-pandemia.pdf>>. Acesso em: 5 nov. 2023.

PESSOLATO, J.P.; RODRIGUES, S.P.; SOUZA, D.A.; BOIATI, R.F. Avaliação do consumo de Valeriana e Passiflora durante pandemia COVID-19. *Brazilian Journal of Health Review*, v. 4, n. 2, p. 5589-5609, 2021. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/26397>> Acesso 18 dez.2023.

PINHEIRO, M. L. P. (2018). Avaliação dos efeitos da Valeriana officinalis L no controle da ansiedade em pacientes submetidos a exodontias de terceiros molares mandibulares inclusos. Pinto, C. M. (2013). Metanálise qualitativa como abordagem metodológica para pesquisas em letras. Atos de pesquisa em educação, 8(3), 1033-1048. Disponível em: <http://revodonto.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=482542&pid=S1519-4442201000010001100023&lng=pt> Acesso em : 20 Jan. 2024

RODRIGUES, Jarete Justiniano Coelho, PIMENTEL Vanessa Patucha Santos, BARROS Neuza Biguinati, MARTINS Tamara Silva 2021. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/28812/22753>> Acesso em : 20 Jan. 2024

SAVAGE, K., FIRTH, J., STOUGH, C., & SARRIS, J. (2018). **GABA - modulating phytochemicals for anxiety**: A systematic review of preclinical and clinical evidence. Phytotherapy Research, 32(1), 3-18. Disponível em:<<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/ptr.5940>>. Acesso em: 5 nov. 2023.

SANTI, Renata Ferreira , ESQUIVI Eli César. **O uso da Valeriana officinalis no tratamento de transtornos de ansiedade**. 13 de fev. de 2023 — UNILAGO - União das Faculdades dos Grandes Lagos - Brasil. Disponível em: <<https://revistas.unilago.edu.br/index.php/revista-cientifica/article/view/570>>. Acesso em: 12 dez. 2023.

SANTOS, R. da S. et al. **Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade**: uma revisão da literatura. Brazilian Journal of Development, Curitiba, v. 7, n. 5, p. 5206052074, 2021. Disponível em:<<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/30316/23845>>. Acesso em: 12 nov. 2023.

SILVA, M. G. P.; SILVA M. M. P. Avaliação do uso de fitoterápicos em distúrbios psiquiátricos. **Revista Atenção à Saúde**, v. 16, n. 56, p. 77-82, 2018. Disponível em:<https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/4951>. Acesso em: 18 dez. 2023.