



**CENTRO UNIVERSITÁRIO PRESIDENTE ANTÔNIO CARLOS – UNIPAC  
GRADUAÇÃO EM FARMÁCIA**

**FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO E  
ANSIEDADE**

**BARBACENA**

**2021**



**DÉBORA FERNANDA DOS SANTOS**

**SOLANE AYESKA LIMA DA SILVA**

**FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO E  
ANSIEDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Farmácia, do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos – UNIPAC, como um dos requisitos obrigatórios para a obtenção do título de bacharel em Farmácia Generalista.

**BARBACENA**

**2021**



## FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO E ANSIEDADE

DÉBORA FERNANDA DOS SANTOS<sup>(1)</sup>; SOLANE AYESKA LIMA DA SILVA<sup>(2)</sup>;  
JOÃO VITOR PAES RETTORE <sup>(3)</sup>

### RESUMO

O Brasil é um país que já possui histórico de uso de plantas medicinais nos diferentes problemas de saúde, uso este construído nas experiências e no repasse de cultura. Atualmente, entre as doenças que mais necessitam desses métodos e de tratamentos eficientes, seja pelo aumento de casos, pela pandemia do coronavírus ou pela busca de novos métodos de tratamento e de diagnóstico, estão a depressão e a ansiedade. Este estudo tem como objetivo realizar uma revisão bibliográfica dos medicamentos fitoterápicos utilizados no tratamento da depressão e ansiedade, relacionando a etnobotânica com a etnofarmacologia na busca por comprovações científicas e indicação de uso terapêutico. A indústria farmacêutica possui fitoterápicos específicos para a ansiedade e depressão como a *Passiflora incarnata* (maracujá), *Valeriana officinalis* L. (valeriana), *Piper methysticum* L. (kavakava) e *Hypericum perforatum* L. (erva-de-são-joão), dentre outros. Todos os produtos que se encontram no mercado passaram por estudos clínicos que comprovaram sua eficácia conforme descrições encontradas em estudos da literatura. Contudo, também possuem efeitos colaterais, contraindicações e não devem ser associados, principalmente, a outros depressores do sistema nervoso, não devem ser usados por gestantes ou lactantes, entre outros. Recomenda-se, portanto, uma avaliação médica precisa para conhecimento do histórico do paciente, sinais e sintomas e, assim, realizar a terapêutica adequada e o correto acompanhamento farmacoterapêutico.

**Palavras-chave:** fitoterápicos, ansiedade, depressão, *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis*.

1 Aluna do 10º período do curso de Farmácia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos UNIPAC Barbacena-MG. e-mail: debfehsosk@gmail.com

2 Aluna do 10º período do curso de Farmácia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos UNIPAC Barbacena-MG. e-mail: solane.ayeska@gmail.com

3 Professor do curso de Farmácia do Centro Universitário Presidente Antônio Carlos UNIPAC Barbacena-MG. e-mail: joãoettore@unipac.br



## 1 Introdução

O Brasil é um país que já possui histórico de uso de plantas medicinais nos diferentes problemas de saúde, uso este construído nas experiências e no repasse de cultura. Inúmeras são as espécies vegetais com poderes medicinais comprovados por séculos de uso por parte da população, antes mesmo da colonização, pelos habitantes nativos que tinham nas plantas medicinais o principal meio de cura de suas enfermidades<sup>1</sup>.

Nesse contexto, CORDEIRO<sup>2</sup> et al. (2005) esclarecem que, para a Organização Mundial da Saúde (OMS), plantas medicinais e fitoterápicos são definições diferentes, sendo planta medicinal qualquer planta que a comunidade use para alívio, cura ou mudança de processo fisiológico, ao passo que:

“São considerados **medicamentos fitoterápicos** os obtidos com emprego exclusivo de matérias-primas ativas vegetais. Não se considera **medicamento fitoterápico** aquele que inclui na sua composição substâncias ativas isoladas, sintéticas ou naturais, nem as associações dessas com extratos vegetais” (BRASIL, 2014, pág.01).

Para formalização e incentivo da utilização de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil, o Sistema Único de Saúde (SUS) possui políticas públicas como a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) e a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que ampliam o conhecimento e favorecem o acesso da população a estas opções terapêuticas. Isto facilita os tratamentos serem mais acessíveis e os métodos mais confiáveis<sup>4</sup>.

Atualmente, entre as doenças que mais necessitam desses métodos e de tratamentos eficientes, seja pelo aumento de casos, pela pandemia do coronavírus ou pela busca de novos métodos de tratamento e de diagnóstico, estão a depressão e a ansiedade. A depressão reduz a qualidade de vida da pessoa e estima-se que seja o principal fator de risco para o suicídio<sup>5</sup>. Quem realiza o diagnóstico de depressão é o médico psiquiatra que, ao constatar uma



série de sintomas e comportamentos descritos pelo manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais- DSM-V (2013) e pela OMS CID-10 (1996-1997) determina a presença da doença ou não. Para concluir um diagnóstico de depressão o paciente precisa apresentar alguns sintomas como humor deprimido (ou maníaco), distúrbios do sono, mudanças no apetite, agitação ou retardo psicomotor, culpa excessiva, fadiga, pensamentos de morte, ideação e/ou tentativa de suicídio e outros comportamentos de características similares<sup>6</sup>. Em relação à ansiedade, a OMS informa que pelo menos 18,6 milhões de brasileiros, cerca de 9% da população, sofrem de algum transtorno de ansiedade, que também deve ser diagnosticado pelo psiquiatra, conforme exposto para a depressão<sup>7</sup>.

Diante do exposto, este estudo tem como objetivo realizar uma revisão bibliográfica dos medicamentos fitoterápicos utilizados no tratamento da depressão e ansiedade, relacionando a etnobotânica com a etnofarmacologia na busca por comprovações científicas e indicação de uso terapêutico. Entende-se que a depressão e ansiedade são doenças sérias e que se agravaram neste momento de pandemia e é importante trazer possibilidades de tratamento eficientes para as mesmas.

## **2 Revisão da Literatura**

### **2.1 Plantas Medicinais**

A OMS inclui o uso de plantas medicinais *in natura* ou de alguns produtos que as contenham no âmbito da medicina tradicional. A medicina tradicional é um sistema de saúde que envolve as medicinas chinesa, indígena ou árabe, e que utiliza o uso de plantas medicinais, produtos naturais e outras terapias. Nos locais onde ela não se insere, ela vem sendo classificada como medicina complementar, alternativa ou não convencional<sup>8</sup>.

Na América do Sul, as comunidades utilizam-na a partir de circunstâncias históricas e culturais, e nos países desenvolvidos ela está se tornando cada vez mais popular. As plantas medicinais e seus produtos são utilizados tanto para a



manutenção da saúde como para a prevenção e tratamento de problemas de saúde mais simples. Diversas evidências demonstram a influência de literatura leiga para o uso de terapias alternativas no autotratamento em condições mais graves, tornando mais clara a necessidade, por parte dos responsáveis legais, das políticas públicas de saúde e dos pesquisadores da área, de um olhar mais técnico sobre a eficácia e segurança desses recursos terapêuticos<sup>9</sup>.

A decisão sobre a utilização de medicinas alternativas pode ocorrer a partir de uma série de fatores como: insatisfação com a medicina convencional em relação a sua efetividade e segurança; satisfação com terapias alternativas e a percepção de que estas são seguras; podendo-se incluir ainda crenças pessoais e culturais, filosofia de vida, experiências negativas com profissionais ou práticas de saúde convencionais e positivas com o uso da medicina complementar<sup>9</sup>. No Brasil é comum o uso de plantas medicinais assim como a automedicação, e estas se inserem no contexto relatado acima: crenças, carência econômica, dificuldade de acesso à assistência médica ou ainda por influência da mídia na promoção de produtos que contenham em suas formulações plantas e outros componentes naturais<sup>10</sup>.

Em 2006, o Ministério da Saúde aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS e a Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos, que incluíram em suas diretrizes a promoção para o uso racional de plantas medicinais e dos fitoterápicos no SUS. Esta promoção requer um sistema de regulamentação e informação que garanta aos usuários qualidade e segurança na aplicação desses recursos. Portanto, é necessário conhecer o perfil de uso de plantas e de medicamentos nas comunidades, suas práticas de saúde e, posteriormente, realizar uma avaliação da segurança dessa utilização para que não ocorra a substituição de produtos farmacêuticos de comprovada eficácia e segurança por alternativas que não contribuirão para a resolução dos problemas de saúde<sup>11</sup>.

Essa regulamentação se faz importante uma vez que a utilização de plantas medicinais, trazida através dos tempos, facilita seu uso indiscriminado



dentro do contexto da automedicação e sua facilidade de acesso incentiva buscas por remédios de custo mais acessível a grande parcela da população. Segundo dados da OMS, cerca de 80% da população mundial utiliza este tipo de produtos naturais para combater problemas como pressão alta, gripe, tosse, queimaduras, prisão de ventre, entre outros. Este uso de plantas medicinais é equivocadamente confundido, pela população de uma maneira geral, com o emprego de fitoterapia.

## 2.2 Medicamentos Fitoterápicos

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária define o medicamento fitoterápico como aquele “obtido através do emprego exclusivo de matérias-primas vegetais, sendo caracterizado pelo conhecimento da eficácia e dos riscos de seu uso, assim como pela reprodutibilidade e constância de sua qualidade”. Sua eficácia e segurança são validadas com levantamentos etnofarmacológicos de utilização e documentações tecno-científicas em publicações ou ensaios clínicos fase 3. Não é considerado medicamento fitoterápico aquele que, na sua composição, inclua substâncias ativas isoladas, de qualquer origem, e nem associações destas com extratos vegetais<sup>11</sup>.

No contexto da saúde pública brasileira, a Relação Nacional de Medicamentos Essenciais (Rename) contempla doze fitoterápicos provenientes de espécies vegetais padronizadas: Alcachofra (*Cynara scolymus L.*), Aroeira (*Schinus terebinthifolius Raddi*); Babosa (*Aloe vera (L.) Burm.f*); Cáscara-sagrada (*Rhamnus purshiana D.C.*); Espinheira-santa (*Maytenus officinalis Mabb.*); Guaco (*Mikania glomerata Spreng.*); Garra-do-diabo (*Harpagophytum procumbens*); Hortelã (*Mentha x piperita L.*); Isoflavona de soja (*Glycine max (L.) Merr.*); Plantago (*Plantago ovata Forssk.*); Salgueiro (*Salix alba L.*); Unha-de-gato (*Uncaria tomentosa*)<sup>12</sup>.

Mesmo com sua eficácia comprovada e seu baixo custo operacional, a fitoterapia não é utilizada de forma uniforme em todo o Brasil e, muitas vezes, é um assunto pouco conhecido entre os profissionais de saúde<sup>13</sup>.



O uso de fitoterapia nos serviços de saúde facilita o estreitamento de vínculos entre os envolvidos porque respeita a cultura e agrega significado à produção do cuidado, aumentando a adesão às suas práticas<sup>13</sup>.

### **2.3 Medicamentos fitoterápicos na ansiedade e depressão**

O transtorno de ansiedade generalizada (TAG) afeta o indivíduo em seu cotidiano e se caracteriza por sintomas ansiosos persistentes que variam de pessoa para pessoa, sendo os mais comuns: tremores, tensão motora, fadiga e cefaleia, irritabilidade, incapacidade para relaxar, sudorese, palpitação, ondas de frio e calor, tontura, falta de ar, dificuldade de concentração e oscilações no humor com pensamentos negativos e expectativas apreensivas<sup>14</sup>.

Uma pesquisa desenvolvida pela OMS mostrou que a população mundial diagnosticada com TAG em 2015 era estimada em 3,6% (264 milhões de pessoas), identificando um aumento de 14,9% quando comparado ao ano de 2005. Esta pesquisa também demonstrou que este transtorno é mais comum nas mulheres. O Brasil foi identificado como o país com maior taxa de pessoas com TAG, onde 9,3% dos indivíduos possuem algum transtorno de ansiedade<sup>15</sup>.

Também a depressão tornou-se grande problema de saúde pública devido a sua alta prevalência e repercussões em âmbito psicossocial. Entre seus sintomas estão: interesse diminuído ou perda do prazer em realizar atividades habituais, culpa excessiva, estado deprimido (onde a pessoa sente-se deprimida a maior parte do tempo), sensação de inutilidade, fadiga, dificuldade de concentração, distúrbios do sono, entre outros<sup>16</sup>. A OMS considera a depressão como a principal causa de incapacitação e está em quarto lugar entre as dez principais doenças encontradas no mundo<sup>17</sup>. Ela estima que, no mundo, cerca de 350 milhões de pessoas vivam com depressão. Os fatores de risco podem incluir histórico familiar, perdas, doença física, uso abusivo de substâncias psicoativas, acontecimentos estressantes, entre outros<sup>18</sup>.

A depressão e a ansiedade possuem formas diferenciadas de manifestação, porém possuem sintomas semelhantes supostamente



relacionados às características da rotina, e que podem alternar-se ao longo do tempo<sup>14</sup>. Nesse cenário, mesmo com uma grande variedade de medicamentos para tratamento do TAG e da depressão, muitas pessoas optam por opções menos agressivas, como a fitoterapia. O uso de produtos à base de plantas é uma alternativa útil pois provoca menos efeitos colaterais comparado ao uso de fármacos convencionais<sup>19</sup>.

Nesse contexto, o uso de plantas para o tratamento, prevenção e cura de doenças é a forma mais antiga de terapia. Segundo a OMS, 65 a 80% da população dos países em desenvolvimento dependem das plantas medicinais como fonte única de acesso aos cuidados básicos<sup>20</sup>.

Quando se pensa em alternativas sustentáveis e metas para acesso e uso de medicamentos de qualidade e seguros, as plantas medicinais e os medicamentos fitoterápicos apresentam uma excelente alternativa para estes questionamentos. O desenvolvimento da indústria de fitoterápicos representa uma oportunidade para fortalecimento deste setor farmacêutico brasileiro, tendo em vista a riqueza da biodiversidade atrelada ao conhecimento adquirido sobre as atividades biológicas das plantas através das instituições de ciência e tecnologia, e também pela sociedade civil<sup>21</sup>.

Em seus estudos encontraram 18 fitoterápicos utilizados no tratamento de depressão e ansiedade, corroborando estudos de outros autores<sup>21,22</sup>. Estes informam que, entre as espécies mais utilizadas, *Passiflora incarnata* e *Valeriana officinalis* estão presentes em 15 dos 18 fitoterápicos encontrados e esclarecem que, do total de 38 marcas diferentes de fitoterápicos, foi possível identificar que 4 delas fazem as mesmas associações, mas em dosagens diferentes<sup>5</sup>.

A tabela 1 expõe os medicamentos fitoterápicos comercializados no Brasil com registro junto a Agência Nacional de Vigilância Sanitária indicados para tratamento de ansiedade e depressão:

**Tabela 1** - Medicamentos Fitoterápicos comercializados no Brasil com registro junto a Agência Nacional de Vigilância Sanitária indicados para tratamento de ansiedade e depressão



<b>Medicamento Fitoterápico</b>	<b>Planta medicinal</b>	<b>Dosagem</b>	<b>Apresentação</b>	<b>Indicação Terapêutica</b>
Remilev® (ACHÉ)	<i>Humulus lupulus</i> <i>Valeriana officinalis L.</i>	250 mg <i>Valeriana</i> 60 mg <i>Humulus</i>	Comprimido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia
Sintocalmy® (ACHÉ)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	300mg / 600mg	Comprimido revestido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia
Calmam® (ASPEN)	<i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i> <i>Salix alba L.</i>	0,10mL ( <i>Passiflora</i> ) 0,7 mL ( <i>Crataegus</i> ) 50 mg ( <i>Salix</i> )	Solução oral	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Calmam® (ASPEN)	<i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i> <i>Salix alba L.</i>	100 mg ( <i>Passiflora</i> ) 30mg ( <i>Crataegus</i> ) 100mg ( <i>Salix</i> )	Comprimido revestido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade



Prakalmar® (ASPEN)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	210 mg	Comprimido revestido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Pazine® (ARESE)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	315 mg	Comprimido revestido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia
Serenus® (BIOLAB)	<i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i> <i>Salix alba L.</i>	13,34mg ( <i>Passiflora</i> ) 8,33mg ( <i>Crataegus</i> ) 10mg ( <i>Salix</i> )	Comprimido revestido	Ansiedade Insônia
Maracugina PI® (COSMED)	<i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i> <i>Erythrina mulungu L.</i>	25 mg ( <i>Passiflora</i> ) 12,5mg ( <i>Crataegus</i> ) 12,5 mg ( <i>Erythrina</i> )	Comprimido revestido	Ansiolítico Sedativo
Maracugina PI® (COSMED)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	90 mg /mL	Solução oral	Ansiolítico Sedativo
Valerance® (ELOFAR)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	160 mg	Comprimido revestido	Ansiedade Insônia
Sominex® (E M S)	<i>Valeriana officinalis L.</i> <i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i>	40 mg ( <i>Valeriana</i> ) 50 mg ( <i>Passiflora</i> ) 30 mg ( <i>Crataegus</i> )	Comprimido	Ansiolítico Sedativo
Hipérico® (HERBARIUM)	<i>Hypericum perforatum L.</i>	100 mg	Cápsula	Antidepressivo
Hipericin® (HERBARIUM)	<i>Hypericum perforatum L.</i>	300 mg	Cápsula Mole	Antidepressivo



Maracujá® (HERBARIUM)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	320 mg	Cápsula Dura	Ansiedade Agitação nervosa Insônia
KavaKava® (HERBARIUM)	<i>Piper methyscum L.</i>	75 mg	Cápsula	Ansiedade Insônia
Passiene® (HERBARIUM)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	75 mg em 120 mL	Solução oral	Ansiedade Insônia Agitação nervosa
Ritmoneuran® (KLEY HERTZ)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	182,93 mg	Cápsula	Ansiedade Insônia
Ritmoneuran® (KLEY HERTZ)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	35 mg em 100 mL	Solução oral	Ansiedade Insônia
Sonotabs® (KLEY HERTZ)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	100 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia
Tensart® (MYRALIS)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	360 mg e 857 mg	Comprimido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Tensart® (MYRALIS)	<i>Passiflora incarnata L.</i>	100 mg em 100 mL	Gotas	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Ansival® (TAKEDA)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	100 mg	Comprimido	Ansiedade
Calmitane® (BIONATUS)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	100 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia
Valeriane® (ZYDOS NIKKHO)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	50 mg	Drágeas	Ansiedade Insônia Estresse
Valerimed® (CIMED)	<i>Valeriana officinalis L.</i>	50 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia



Valerinati® (PHARMACIEN SE)	<i>Valeriana officinalis L</i>	50 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia
Valessone® (NATULAB)	<i>Valeriana officinalis L</i>	50 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia Sedativo
Seakalm® (NATULAB)	<i>Passiflora incarnata L</i>	90 mg/100 mL	Solução	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Seakalm® (NATULAB)	<i>Passiflora incarnata L</i>	260 mg	Comprimido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Valsed® (CIFARMA)	<i>Valeriana officinalis L</i>	50 mg e 100 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia Sedativo
Calmasyn® (CIFARMA)	<i>Passiflora incarnata L</i>	300 mg	Comprimido	Insônia Sedativo
Valyanne® (GEOLAB)	<i>Valeriana officinalis L</i>	50 mg	Comprimido	Ansiedade Insônia Sedativo
Sonoripan® (MARJAN)	<i>Valeriana officinalis L</i>	50 mg	Comprimido	Insônia Sedativo Estresse
Pasalix® (MARJAN)	<i>Passiflora incarnata L.</i> <i>Crataegus oxyacantha L.</i> <i>Salix alba L.</i>	100 mg ( <i>Passiflora</i> ) 300 mg ( <i>Crataegus</i> ) 100 mg (Salix)	Comprimido	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade
Valeriana EC® (ERVAS QUE CURAM)	<i>Valeriana officinalis L</i>	0,18 mg/mL	Tintura	Ansiedade



Calmoplantas® (ERVAS QUE CURAM)	<i>Passiflora incarnata L</i>	400 mg	Cápsula	Ansiedade Agitação nervosa Insônia
Calmintheo® (SOBRAL)	<i>Passiflora incarnata L</i>	100 mg	Solução oral	Ansiedade Agitação nervosa Insônia Irritabilidade

Fonte: Silva *et al.*, 2020.

Das plantas medicinais descritas na tabela 1, *Passiflora incarnata* (maracujá) e *Valeriana officinalis* (valeriana) fazem parte do Formulário Terapêutico de Fitoterápicos e da Farmacopéia Brasileira, 6ª edição. A *Passiflora incarnata* age como depressor inespecífico do Sistema Nervoso Central (SNC) e seu farmacógeno está presente em suas partes aéreas, folhas e caules, podendo ser usada na forma fresca (in natura), tintura ou infusão. Recomenda-se 1-2 g em 150 mL de água fervente, podendo ser tomada 1-4 vezes por dia. Na forma de droga vegetal encapsulada, recomenda-se 500 mg a 2000 mg, 1-4 vezes ao dia<sup>23</sup>. Vale ressaltar que a ANVISA alerta que medicamentos fitoterápicos à base de *Passiflora* não devem ser utilizados junto a bebidas alcoólicas, assim como não devem ser associados a outros medicamentos com efeito sedativo, hipnótico e anti-histamínico. Também não é recomendado seu uso por mulheres grávidas ou amamentando<sup>24</sup>.

Já a *Valeriana officinalis* é utilizada em quadros de insônia, por possuir propriedades sedativas, ansiolíticas e hipnóticas e apresentar um dos maiores mecanismos de sinergismo no reino vegetal, ou seja, alguns de seus ativos agem de forma coordenada e aditiva em prol da ação farmacológica<sup>25</sup>. Tal espécie torna-se então bastante eficaz no tratamento de quadros como Transtorno de TAG e Transtorno de Ansiedade Social (TAS), agindo em leves desequilíbrios do sistema nervoso ao aumentar a concentração de GABA nas fendas sinápticas após sua administração. É utilizada a raiz como droga oficial, na forma farmacêutica de cápsulas ou comprimidos contendo 300 mg a 1.000 mg da droga vegetal. Extrato e tintura (hidroetanólico 40-70% (v/v)) também são usados por



via de administração oral, assim como a droga vegetal para preparação do decocto (1000 a 3000 mg) Vale ressaltar que altas doses e uso por períodos prolongados podem levar a excitabilidade, diarreia, náuseas, tonturas, cefaleia, obstipação intestinal, sonolência, bradicardia, que desaparecem com a suspensão do tratamento. É ainda contraindicada para mulheres grávidas, lactantes, como também para pacientes com doença hepática prévia, devendo-se também ser evitado o uso de bebidas alcoólicas<sup>5</sup>.

A *Piper methysticum* (kava-kava) também é relatada em estudos clínicos controlados que comprovam sua eficácia. Os fitoterápicos que contêm extratos ou pó de raízes e rizomas de *P. methysticum* aumentam a tolerância ao estresse mental e levam a uma maior estabilidade emocional<sup>25</sup>. Os constituintes químicos da kava-kava, responsáveis por suas atividades farmacológicas, são as  $\alpha$ -pironas, denominadas kavapironas ou kavalactonas. Ela pode interagir com certos medicamentos, principalmente derivados de outras plantas medicinais, como o hipérico e a valeriana. Não deve ser utilizada por pacientes com doenças hepáticas e/ou que utilizem medicamentos hepatotóxicos, portadores de doença de Parkinson, psicose e/ou com histórico de efeitos extrapiramidais induzidos por fármacos. Também não deve ser utilizada concomitantemente à ingestão contínua de álcool<sup>5</sup>.

*Hypericum perforatum* L. (erva-de-são-João) é uma planta medicinal com propriedades farmacológicas confirmadas, devendo sua ação a compostos como os ácidos fenólicos, hipericinas, flavonoides e taninos. Dentre esses, vale ressaltar que a hipericina, como um metabólito secundário da erva-de-são-João, é responsável pela degradação de neurotransmissores. Como fitoterápico, é encontrada na forma farmacêutica de comprimidos contendo 300mg de extrato seco, devendo ser tomada 3 vezes ao dia<sup>26</sup>. O uso do *Hypericum* é contraindicado para pacientes que fazem tratamento com anticoagulantes e não deve ser usado em associação com outros antidepressivos ou até duas semanas após o término do tratamento com inibidores da monoamina oxidase. O *Hypericum* pode ainda diminuir os efeitos farmacológicos dos contraceptivos orais, das medicações para asma e da digoxina<sup>27</sup>.



A espécie *Erythrina mulungu* (mulungu) tem sido associada a outros medicamentos fitoterápicos tais como *Passiflora*, *Chamomilla* e *Valeriana* para potencializar o seu efeito ansiolítico<sup>28</sup>.

*Crataegus oxyacantha* (espinheiro branco), por sua vez, age sobre o SNC agindo como sedativo por diminuir o tônus simpático, com melhoras em sintomas vasomotores e tonturas<sup>29</sup>. Possui também propriedades cardiovasculares, reduzindo a pressão arterial, melhorando clinicamente a insuficiência cardíaca e auxiliando o controle de arritmias cardíacas. Age como diurético leve (flores) e combate radicais livres (devido a maior atividade da enzima superóxido desmutase). Interage potencializando o efeito de antiarrítmicos, antihipertensivos e digitálicos e, portanto, não deve ser utilizada associada a tais medicamentos. O *Crataegus oxyacantha* é também contraindicado para pacientes que fazem uso de medicamentos para a impotência sexual, assim como outros vasodilatadores coronarianos<sup>30</sup>.

*Humulus lupulus L.* (lúpulo) também melhora a qualidade do sono, além de auxiliar no tratamento da depressão e ansiedade. Em relação a seus metabólitos secundários, o metilbutenol é o responsável pelo seu efeito sedativo<sup>27</sup>.

*Salix alba L.* é uma espécie direcionada para o tratamento de febre, doenças inflamatórias crônicas e agudas, como osteoartrite, tendinite, dores em geral, lombares, de cabeça, em articulações, cólicas menstruais, gripes, doenças e infecções de pele, além das suas propriedades analgésicas, antipiréticas e anti-inflamatórias, que podem estar relacionadas à salicina. A salicina é a principal componente da *Salix alba L.* e um análogo precursor do mais amplo medicamento anti-inflamatório utilizado, o ácido acetilsalicílico<sup>31</sup>. Para tratamentos de ansiedade ela é combinada a outros fitoterápicos, como *Passiflora incarnata* e *Crataegus oxyacantha*, e suas atividades auxiliam na hiperexcitabilidade nervosa. Ela é contraindicada para crianças e adolescentes menores de 18 anos, pacientes com asma, doença de úlcera péptica ativa, em casos graves de disfunção renal ou hepática, “desordens de coagulação, úlcera gástrica/duodenal e deficiência de glucose-6-fosfato desidrogenase. Pacientes alérgicos a salicilatos e outros anti-inflamatórios não esteroidais devem evitar



seu uso, assim como grávidas e lactantes, devido à redução do tônus e motilidade uterina<sup>31</sup>.

### 3 Considerações Finais

Tanto a ansiedade quanto a depressão são doenças do SNC que vêm crescendo vertiginosamente no mundo todo. Para tratamento destas, são necessárias abordagens multidisciplinares com diferentes profissionais, assim como o tratamento farmacológico. Como alternativa interessante de tratamento farmacológico estão os fitoterápicos, por apresentarem menores efeitos colaterais que os medicamentos convencionais, o que favorece a adesão ao tratamento.

A indústria farmacêutica possui fitoterápicos específicos para a ansiedade e depressão como a *Passiflora incarnata* (maracujá), *Valeriana officinalis* L. (valeriana), *Piper methysticum* L. (kavakava) e *Hypericum perforatum* L. (erva-de-são-jão), dentre outros. Todos os produtos que se encontram no mercado passaram por estudos clínicos que comprovaram sua eficácia conforme descrições encontradas em estudos da literatura.

Contudo, regulamentados no Brasil de acordo com a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), eles também possuem efeitos colaterais, contraindicações e não devem ser associados, principalmente, a outros depressores do sistema nervoso, não devem ser usados por gestantes ou lactantes, entre outros. Recomenda-se, portanto, uma avaliação médica precisa para conhecimento do histórico do paciente, sinais e sintomas e, assim, realizar a terapêutica adequada e o correto acompanhamento farmacoterapêutico.



## REFERÊNCIAS

1. MATTOS, G.; CAMARGO, A.; SOUSA, C.A.; ZENI, A.L.B. Plantas medicinais e fitoterápicos na Atenção Primária em Saúde: percepção dos profissionais. **Ciência & Saúde Coletiva**, v.23, n.11, p.3735-3744, 2018.
2. CORDEIRO, C.H.G.; CHUNG, M.C.; SACRAMENTO, L.V.S. Interações medicamentosas de fitoterápicos e fármacos: *Hypericum perforatum* e *Piper methysticum*. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v.15, n.3, p.272-278, 2005.
3. BRASIL. **Agência Nacional de Vigilância Sanitária**. Resolução da Diretoria Colegiada. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos. Diário Oficial da União. Resolução nº. 48, 16 de março de 2004.
4. VALVERDE, A.V.; DA SILVA, N.C.B.; ALMEIDA, M.Z. Introdução da Fitoterapia no SUS: contribuindo com a estratégia de saúde da família na comunidade rural de palmares, Paty do alferes, Rio de Janeiro. **Revista Fitos**, v.12, n.1, p.27-40, 2018.
5. SILVA, E.L.P.; SOARES, J.C.F.; MACHADO, M.J.; REIS, I.M.A.; COVA, S.C. Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras. **Brazilian Journal of Development**, v.6, n.1, p.3119- 3135, 2020.
6. RODRIGUES, A.G.; SIMONI, C. Plantas medicinais no contexto de políticas públicas. **Informe Agropecuário**. v. 31, n. 255, p. 7-12, 2010
7. WHO, World Health Organization. **The importance of pharmacovigilance safety monitoring of medicinal products**. Página 9 Versão Online ISSN 2595 - 0584 Edição nº 2, v. 1, 2019 DOI: <https://doi.org/10.31415/bjns.v2i1.47> Brazilian Journal of Natural Sciences
8. Organización Mundial de la Salud (2002) “**Estrategias de la OMS sobre Medicina Tradicional 2002-2005**” Ginebra, 78 p.
9. SCHWAMBACH, K.H. E AMADOR, T.A. Estudo da Utilização de Plantas Medicinais e Medicamentos em um Município do Sul do Brasil. **Lat. Am. J. Pharm.** 26 (4): 602-8 (2007). Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Tania-Amador-2/publication/271850870\\_Estudo\\_da\\_Utilizacao\\_de\\_Plantas\\_Medicinais\\_e\\_Medicamentos\\_em\\_um\\_Municipio\\_do\\_Sul\\_do\\_Brasil/links/54d4f1b90cf2970e4e63f2ca/Estudo-da-Utilizacao-de-Plantas-Medicinais-e-Medicamentos-em-um-Municipio-do-Sul-do-Brasil.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Tania-Amador-2/publication/271850870_Estudo_da_Utilizacao_de_Plantas_Medicinais_e_Medicamentos_em_um_Municipio_do_Sul_do_Brasil/links/54d4f1b90cf2970e4e63f2ca/Estudo-da-Utilizacao-de-Plantas-Medicinais-e-Medicamentos-em-um-Municipio-do-Sul-do-Brasil.pdf) . Acesso em 10 de outubro de 2021.
10. SCHENKEL, E.P.S.S.; MENGUE, & P.R.; PETROVICK (2004) “Cuidado com os medicamentos”, 4 ed. **Rev. ampl.**, Editora da UFRGS/ Editora da UFSC, Porto Alegre/Florianópolis.
11. \_\_\_\_\_. **Decreto 5813 (2006)**. Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Brasília: Diário Oficial da União (22/06/2006).
12. \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. **Relação Nacional de Medicamentos Essenciais** - Rename. Disponível em: <https://www.conass.org.br/wp-content/uploads/2018/11/RENAME-2018.pdf>



13. SANTOS, R.L. *et al.* Análise sobre a fitoterapia como prática integrativa no Sistema Único de Saúde. **Rev Bras Plantas Med** (Botucatu). 2011;13(4):486-91. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/S1516-05722011000400014>.
14. LOPES, K.C. DA S.P.; SANTOS, W.L. dos. Transtorno de ansiedade. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 1, n. 1, p. 45-50, 25 jun. 2018.
15. ANDRADE, J.V. *et al.* Ansiedade: um dos problemas do século XXI. **Revista de Saúde ReAGES**, [S.l.], v. 2, n. 4, p. p. 34-39, jul. 2019.
16. GONÇALVES, A.M.C. *et al.* Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia Saúde da Família. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, [s.l.], v. 67, n. 2, p. 101-109, jun. 2018. FapUNIFESP(SciELO).
17. SANTIAGO, A.; FURTADO, A.H. Fenomenologia da Depressão: uma análise da produção acadêmica brasileira. **Revista de Abordagem Gestáltica: Estudos Fenomenológicos** [en linea]. 2013, XIX (1), p. 38-50, out. ISSN: 1809-6867.
18. PEREIRA, I.F.; FARIA, L.C.; VIANNA, R.S.M.; CORRÊA, P.D.S. Depressão e uso de medicamentos em profissionais de enfermagem. **Arquivos de Ciências da Saúde**, [S.l.], v. 24, n. 1, p. 70-74, mar. 2017. ISSN 2318-3691.
19. ZANUSSO, C.S. **Fitoterapia e essências florais no controle de ansiedade entre docentes do curso de graduação em enfermagem**. 2019. Dissertação (Enfermagem) - Faculdade de Medicina de São José do Rio Preto, São José do Rio Preto, 2019.
20. SOUZA, C.M.P. *et al.* Utilização de plantas medicinais com atividade antimicrobiana por usuários do serviço público de saúde em Campina Grande -Paraíba. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 15, n. 2, p. 188–193, 2013.
21. SOUZA, M.F.B. **As plantas medicinais com potencial terapêutico ansiolítico no Brasil: uma revisão integrativa usa de plantas medicinais no tratamento da ansiedade**. Trabalho de Conclusão. Curso Enfermagem. Universidade Federal de Mato Grosso. 2019.
22. BORGES, N.B.; SALVI, J.O.; DA SILVA, F.C. Características farmacológicas dos fitoterápicos no tratamento de transtornos depressivos e de ansiedade: *Hypericum perforatum* Lineaus e *Piper methysticum* Georg Forster no tratamento de transtornos depressivos e ansiedade. **Brazilian Journal of Surgery and Clinica Research**. Vol.27, n.3, pp.81-87 Jun. –Ago., 2019.
23. VIDAL, R.J.; TOLEDO, C.E.M. *Valeriana officinalis* L. no tratamento da insônia e ansiedade. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**. v.9, n.1, p.78-83, 2014.
24. BRASIL. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira. 1ª. edição. Resolução da Diretoria Colegiada. RDC Nº. 84, DE 17 DE JUNHO DE 2016. Disponível em [www.anvisa.gov.br](http://www.anvisa.gov.br).



25. ALVES, A.C.S. *et al.* Aspectos botânicos, químicos, farmacológicos e terapêuticos de *Hypericum perforatum* L. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**. v.16, n.3, p.503-606. 2014
26. BARBOSA, D.R.; LENARDON, L.; PARTATA, A.K. Kava-Kava (*Piper Methysticum*): uma revisão geral. **Revista de Ciência ITPAC**. v.6, n.3, p.1-19. 2013.
27. RODRIGUES, A.G.; DE SIMONI, C. Plantas Mediciniais no contexto de políticas públicas. **Informe Agropecuário**, Belo Horizonte, 2010; 31(255):7-12.
28. NASCIMENTO, D.F. *et al.* Estudo de toxicologia clínica de um fitoterápico contendo *Passiflora incarnata* L., *Crataegusoxycantha* L., *Salix alba* L., em voluntários saudáveis. **Revista Brasileira de Farmacognosia**. v. 19, n. 1B, p. 261-268. 2009.
29. ALMEIDA, A.B.C. **Efeitos biológicos do lúpulo**: resultados de ensaios clínicos em humanos. Curso de Nutrição . Faculdade de Ciências da Nutrição e Alimentação. Universidade do Porto.2017.
30. BRASIL, 2012. **Plantas medicinais e fitoterapia**: PNPIC. Ministério da Saúde.
31. TERRAZAS, P.M. **Investigação dos efeitos citotóxico e genotóxico do extrato de Salixalba L.**: análises in vitro, in vivo e histológicas. Tese de Doutorado. UNESP.2017.