



**FACULDADE UNIRB BARREIRAS
COLEGIADO DE BACHARELADO EM FARMÁCIA**

HIAN DA SILVA PASSOS

**O USO DE MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS NO
TRATAMENTO DA ANSIEDADE**

Barreiras-Ba – 2023

HIAN DA SILVA PASSOS

**O USO DE MEDICAMENTOS FITOTERAPICOS NO
TRATAMENTO DA ANSIEDADE**

Trabalho de conclusão de curso como requisito para a obtenção do título Bacharel em Farmácia do Faculdade UNIRB Regional do Brasil – UNIRB.

Orientador: Prof^ª. Dr^ª Leidaiany Pereira dos Santos

Barreiras-Ba – 2023

FOLHA DE APROVAÇÃO

O USO DE MEDICAMENTOS FITOTERAPICOS NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito para
obtenção do título de Bacharel em Farmácia, do Centro Universitário –
UNIRB.

Aprovado em ___ de _____ de 2023.

Banca Examinadora

Orientador: Prof. Dra. Leidaiany Pereira dos Santos

Professora: Esp. Luciene de Souza Pinto

Professora: Esp. Thays Cristina Lima da Slva

DEDICATÓRIA

Não há exemplo maior de dedicação do que o da nossa família. À minha querida família, que tanto admiro, dedico o resultado do esforço realizado ao longo deste percurso.

AGRADECIMENTO

À Deus, pela minha vida, e por me ajudar a ultrapassar todos os obstáculos encontrados ao longo do curso.

Aos meus pais e irmã, que me incentivaram nos momentos difíceis e compreenderam a minha ausência enquanto eu me dedicava a realização deste trabalho.

Aos professores, pelas correções e ensinamentos que me permitiram apresentar um melhor desempenho no meu processo de formação profissional.

Na vida você pode encontrar cores e caminhos tão embaralhados, que no primeiro momento você pode achar impossível de montar. Mas o tempo vai passando, você vai crescendo, aprendendo, melhorando. E aí chega um dia em que você compreende, que aquelas cores embaralhadas, aqueles caminhos tão difíceis de trilhar, só existiram para você tornar o impossível de muitos, o seu possível particular.”

John Eygânnis

RESUMO

A ansiedade é uma condição emocional que afeta muitas pessoas ao redor do mundo, impactando negativamente a qualidade de vida. Quando em níveis moderados, a ansiedade pode ser benéfica, mas em excesso, pode se tornar um transtorno que requer tratamento. Diante disso, a Fitoterapia, que utiliza plantas medicinais para tratar doenças, tem sido explorada como uma opção terapêutica para o tratamento da ansiedade. Este trabalho teve como objetivo analisar o uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, destacando suas propriedades terapêuticas, possíveis efeitos colaterais e eficácia em comparação com outras abordagens. Foram estudadas plantas como Valeriana, Camomila, Passiflora e Kava-kava, que têm demonstrado resultados promissores no alívio da ansiedade. A pesquisa evidenciou que os fitoterápicos podem ser eficazes no tratamento da ansiedade leve a moderada, apresentando poucos efeitos colaterais quando utilizados adequadamente. No entanto, enfatizou-se a importância de consultar um profissional de saúde antes de iniciar qualquer tratamento, pois o uso adequado e individualizado é essencial. Além disso, o estudo ressaltou que o tratamento da ansiedade não se limita apenas ao uso de fitoterápicos, sendo necessária uma abordagem multidisciplinar, com o envolvimento de profissionais de saúde qualificados. A saúde mental é fundamental para o bem-estar geral, e os fitoterápicos podem ser uma opção complementar para o tratamento. Para garantir a segurança e qualidade dos medicamentos fitoterápicos, a regulamentação adequada é essencial. No Brasil, a RDC N° 26/2014 estabelece requisitos específicos para a produção, registro, rotulagem e comercialização desses produtos, garantindo assim a proteção dos consumidores. Em conclusão, a Fitoterapia pode ser uma opção eficaz e segura para o tratamento da ansiedade, desde que utilizada de forma responsável e em conjunto com outras abordagens terapêuticas. A pesquisa e a regulamentação são fundamentais para o avanço e o uso adequado desses medicamentos, proporcionando uma terapia mais completa e personalizada.

Palavras-chave: Medicamentos fitoterápicos, Ansiedade, Tratamento.

ABSTRACT

Anxiety is an emotional condition that affects many people around the world, negatively impacting quality of life. When at moderate levels, anxiety can be beneficial, but in excess, it can become a disorder that requires treatment. Therefore, Phytotherapy, which uses medicinal plants to treat diseases, has been explored as a therapeutic option for the treatment of anxiety. This work aimed to analyze the use of herbal medicines in the treatment of anxiety, highlighting their therapeutic properties, possible side effects and effectiveness compared to other approaches. Plants such as Valerian, Chamomile, Passiflora and Kava-kava have been studied, which have shown promising results in relieving anxiety. The research showed that herbal medicines can be effective in the treatment of mild to moderate anxiety, with few side effects when used properly. However, the importance of consulting a health professional before starting any treatment was emphasized, as proper and individualized use is essential. In addition, the study highlighted that the treatment of anxiety is not limited to the use of herbal medicines, requiring a multidisciplinary approach, with the involvement of qualified health professionals. Mental health is fundamental to general well-being, and herbal medicines can be a complementary option for treatment. To ensure the safety and quality of herbal medicines, proper regulation is essential. In Brazil, RDC No. 26/2014 establishes specific requirements for the production, registration, labeling and marketing of these products, thus ensuring consumer protection. In conclusion, Phytotherapy can be an effective and safe option for the treatment of anxiety, as long as it is used responsibly and in conjunction with other therapeutic approaches. Research and regulation are key to the advancement and proper use of these drugs, providing a more complete and personalized therapy.

Key words: Herbal medicines, Anxiety, Treatment.

LISTA DE FIGURAS

Figura 01 - Valeriana officinalis (imagem das flores e folhas).....	23
Figura 02 - Passiflora incarnata - flor do maracujá.....	24
Figura 03 - Matricaria recutita flores e folhas.....	25
Figura 04 – Piper methysticum Kava-Kava – Folhas, raises e preparação.....	27

LISTAS DE TABELAS

Quadro 01 – Análise dos Artigos da Revisão de Literatura sobre Plantas Medicinais: Eficácia, Benefícios e Segurança.....	27
---	----

LISTAS DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Frequencia e motivação de utilização de medicamentos	
---	--

Fitoterápicos.....	29
Grafico 2 - Consulta a um Profissional de Saúde antes do Uso de Fitoterápicos.....	30
Grafico 3 - Experiência de Efeitos Colaterais ao Utilizar Fitoterápicos.....	31
Grafico 4 - Crenças sobre a Eficácia dos Fitoterápicos.....	32
Grafico 5 - Percepção sobre a Segurança dos Fitoterápicos.....	32

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

SNC - Sistema Nervoso Central

BZD - Benzodiazepínicos

UERJ - Universidade Estadual do Rio de Janeiro

UFRGS - Universidade Federal do Rio Grande do Sul

OMS - Organização Mundial de Saúde

ANVISA - Agência de Vigilância Sanitária

GABA - Gama-aminobutírico

SCIELO – Scientific Electronic Library Online

BVS - Biblioteca Virtual em Saúde

RDC - Resolução da Diretoria Colegiada

COVID – Corona virus disease

TAG - Transtorno de Ansiedade Generalizada

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	14
1.1	Problema de pesquisa /hipótese resultado esperado.....	15
1.2	Justificativa.....	16
2	OBJETIVOS	18
2.1	objetivo geral	18
2.2	objetivos específicos	18
3	METODOLOGIA	26
3.1.	Tipo de pesquisa.....	26
3.2.	Local da pesquisa	27
3.3.	População do estudo	28
3.3.1	Critérios de inclusão	28
3.3.2	Critérios de exclusão.....	28
3.4	Procedimento de coleta e análise de dados	29
4	REFERENCIAL TEÓRICO	19
4.1	Transtorno da ansiedade.....	19
4.1.1	Quem é o GABA?.....	20
4.2	Consequências da pandemia sobre o aumento do transtorno de ansiedade e uso de antiansiolíticos	20
4.3	Uso de fitoterápicos para o transtorno de ansiedade.....	22
4.3.1	Valeriana officinalis.....	22
4.3.2	Passiflora incarnata	23
4.3.3	Matricaria recutita (Camomila).....	24
4.3.4	Piper methysticum G. Forst Kava-Kava	25
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	29
6	CONSIDERAÇÕES FINAIS	36
	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma condição que afeta um número crescente de pessoas ao redor do mundo e pode ter um grande impacto na qualidade de vida dos indivíduos que a experimentam. A ansiedade é um estado emocional caracterizado por sentimentos de apreensão, preocupação e tensão. É uma resposta natural do corpo a situações percebidas como ameaçadoras, desafiadoras ou estressantes.

Durante momentos de ansiedade, as pessoas podem experimentar um aumento da frequência cardíaca, respiração acelerada, sensação de nervosismo e dificuldade em relaxar. A ansiedade, em níveis moderados, pode ser considerada normal e até mesmo benéfica, impulsionando a pessoa a lidar com desafios e tomar medidas necessárias. No entanto, quando a ansiedade se torna excessiva, persistente e interfere na vida diária, pode se tornar um transtorno de ansiedade, exigindo intervenção e tratamento adequados.

De acordo com Schroeck et al. (2016), as plantas medicinais são amplamente consideradas como uma fonte de grande potencial para o desenvolvimento de novos fármacos. Diante desse cenário, diversas abordagens terapêuticas têm sido utilizadas para tratar a ansiedade, incluindo medicamentos fitoterápicos. Os medicamentos fitoterápicos são derivados de plantas e ervas, e têm sido utilizados em diversas culturas ao longo da história como tratamentos para diversos tipos de doenças e condições de saúde.

A Fitoterapia é a ciência que estuda a utilização de plantas ou parte delas para a terapêutica de diversas enfermidades humanas. Atualmente, o uso de plantas medicinais e fitoterápicos se encontram em expansão, principalmente, devido ao interesse pelas terapias naturais terem aumentado significativamente (Arnous et al., 2011).

A popularidade desses medicamentos tem crescido, principalmente devido à busca por tratamentos mais naturais e menos invasivos. Este trabalho teve como objetivo analisar o uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, enfocando suas propriedades terapêuticas, possíveis efeitos colaterais e eficácia em comparação com outras abordagens terapêuticas. Com base nos artigos estudados, foi comprovada a eficácia dos medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, bem como, considerou essencial analisar as particularidades de cada paciente, consultar um profissional de saúde qualificado e adotar uma abordagem individualizada.

É importante salientar que a escolha de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade deve ser feita com cautela, e apenas após uma avaliação cuidadosa da condição do paciente e das opções terapêuticas disponíveis. Dentre as plantas mais utilizadas na terapia fitoterápica da ansiedade, destacam-se a *Valeriana: Valeriana officinalis*, a *Camomila:*

Matricaria chamomilla L (também conhecida como Chamomilla recutita), a *Passiflora: Passiflora incarnata* (existem várias espécies de Passiflora, mas a mais comumente utilizada é essa), e a *Kava-kava: Piper methysticum* G. Forster (a raiz da planta é utilizada para fazer a bebida kava-kava).

Com o avanço da fitoterapia mundialmente entre ações curativas e preventivas, 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). Estudos têm mostrado que essas plantas podem ser eficazes no tratamento da ansiedade leve a moderada, com poucos efeitos colaterais quando utilizadas corretamente.

No entanto, é importante destacar que o tratamento da ansiedade não se resume apenas ao uso de medicamentos, sejam eles fitoterápicos ou não. A OMS (2017) (Organização Mundial de Saúde) define saúde mental como: “um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de usar suas próprias habilidades, recuperar-se do estresse rotineiro, ser produtivo e contribuir com a comunidade”.

Este trabalho discutiu também a regulamentação dos medicamentos fitoterápicos no Brasil, bem como as perspectivas futuras para o uso desses medicamentos no tratamento da ansiedade. A análise desses aspectos permitirá uma compreensão mais abrangente sobre o uso de medicamentos fitoterápicos na terapia da ansiedade, contribuindo para a ampliação do conhecimento sobre essa forma de tratamento.

Essa regulamentação ficou evidenciada com base nos estudos realizados uma vez que Ministério da Saúde 2014 dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos a Resolução da Diretoria Colegiada - RDC N° 26, De 13 de Maio de 2014 que estabelece regulamentos e requisitos específicos para a produção, registro, rotulagem e comercialização de fitoterápicos, visando garantir a segurança e a qualidade desses produtos para os consumidores.

Diante do exposto, é fundamental enfatizar a importância da pesquisa e análise crítica do uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, a fim de fornecer informações precisas e confiáveis para profissionais de saúde e pacientes que buscam uma terapia eficaz, segura e de qualidade.

1.1 Problema de pesquisa /hipótese resultado esperado

Parte-se do problema de que o aumento significativo do número de pessoas acometidas com ansiedade, que se agravou com a pandemia de COVID-19, tem causado grande preocupação em todo mundo, assim sendo, o problema de pesquisa deste estudo visa explorar se: As plantas medicinais, bem como os seus derivados estão sendo usados como

terapêutica nas Medicinas Tradicional, Complementar e Alternativa para a cura e tratamento da ansiedade?

Tomando como base os artigos estudados, a eficácia dos medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, foi comprovada bem como, considerou importante analisar caso a caso levando em consideração as particularidades de cada paciente.

A utilização e conhecimento das plantas como outros meios de tratamentos medicinais vêm sendo repassada de geração a geração há muito tempo, tanto pela eficácia nos resultados como também pela facilidade de acesso. O tema em estudo muito pode contribuir com a comunidade local e científica, uma vez que estudos etnofarmacológico/etnobotânico partem do senso comum que é passado de geração em geração e o agrega com o conhecimento sistematizado, de modo que as plantas tradicionalmente utilizadas como medicinais podem ser estudadas, chegando-se ao resultado fitoterápico conhecido e desse modo estas podem ser utilizadas para fabricação de novos medicamentos.

Parte-se da hipótese de que o uso das plantas medicinais pode ser utilizado para o tratamento da ansiedade. Por meio da disponibilização dos dados obtidos, acredita-se que este trabalho possa ser utilizado como ponto de partida para futuras pesquisas.

1.2 Justificativa

Sabe-se que o Brasil possui uma enorme biodiversidade e essa biodiversidade também é ampla quando se trata da flora brasileira, bem como das plantas medicinais. É importante salientar que as plantas medicinais é fonte primária para a fabricação e desenvolvimento de novos fármacos.

Neste sentido é interessante investigar o conhecimento popular e, por meio deste, desenvolver pesquisas, de forma a aproveitar o que já se sabe. É interessante mencionar que além de serem usadas na medicina, às plantas muitas vezes possuem outras utilidades, tornando seu cultivo ainda mais interessante.

A utilização de plantas medicinais com o objetivo de cura ou até mesmo controle de enfermidades é um costume histórico, no qual este já foi empregado como principal alternativa de sobrevivência. O uso de plantas medicinais pela humanidade remonta a tempos antigos. Ao longo da história, as pessoas têm buscado essas plantas para diversos tratamentos de saúde. A ansiedade está na sociedade desde a antiguidade, estudos egípcios e gregos acerca das doenças no mundo, relatam que os egípcios acreditavam que a doença era uma possessão demoníaca ou até mesmo um encantamento, intrusão de espíritos, sortilégio, e rituais terapêuticos eram realizados com o intuito de fazer com que a doença saísse do indivíduo que o apoderou (D'ÁVILA et al., 2020).

As plantas medicinais são utilizadas desde a Antiguidade, quando o homem primitivo buscava seus princípios ativos na cura de doenças, mesmo que de forma empírica. Atualmente, em comunidades mais isoladas ou tradicionais, o uso desses recursos ainda é um hábito comum (Viana & Ramos, 2018).

A fitoterapia configura-se uma terapêutica integrativa muito útil, pois proporciona eficácia e o baixo custo operacional da utilização de plantas medicinais nos programas de atenção primária à saúde, podendo suprir a falta de medicamentos nos serviços de saúde. Este tipo de terapia torna-se ainda mais importante quando se considera a facilidade para adquirir as plantas medicinais.

Desse modo é relevante buscar esclarecer a população sobre o uso de fitoterápicos explicando sobre os benefícios as formas corretas de extração e possíveis interações medicamentosas. Assim, com a finalidade de evitar o uso inadequado desta prática medicinal, é de suma importância que a população, bem como os profissionais de saúde estejam bem informados sobre o uso dos fitoterápicos.

Desse modo é importante ressaltar que o uso das plantas medicinais para prevenção de doenças e promoção da saúde deve ser realizado com cautela e seguindo critérios rigorosos de avaliação e monitoramento. Isso se deve à possibilidade de ocorrerem consequências indesejáveis, tais como toxicidades, devido ao uso inadequado, preparo incorreto ou desconhecimento sobre quais plantas ou partes delas deve ser utilizadas nesses tratamentos (Bruning, Mosegui & Vianna, 2012). Cabe ressaltar ainda que os fitoterápicos também são muito usados no tratamento da ansiedade, enfermidade essa, que assola grande parte da população brasileira e/ou mundial.

2 OBJETIVOS

2.1 objetivo geral

O tema em estudo busca conhecer por meio de um levantamento etnofarmacológico/etnobotânico, bem como levantamento bibliográfico, as plantas medicinais, e sua eficácia no tratamento da ansiedade, plantas essas utilizadas pela população em geral. Desse modo o objetivo geral deste estudo consiste em:

- Avaliar a implantação e utilização das plantas medicinais como alternativa no tratamento da ansiedade, contribuindo assim, para uma melhor qualidade de vida.

2.2 objetivos específicos

- Relatar a importância dos fitoterápicos no tratamento dos transtornos da ansiedade;
- Descrever os transtornos da ansiedade, sintomas e tratamentos;
- Realizar levantamento sobre os fitoterápicos, mais utilizados para o tratamento da ansiedade;
- Avaliar o papel do farmacêutico no acompanhamento farmacoterapêutico, e na orientação de terapias não farmacológicas no tratamento da ansiedade.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 Transtorno da ansiedade

A ansiedade é um estado emocional com componentes fisiológicos e psicológicos e pode ser benéfica ou prejudicial à saúde do ser humano (SANTANA; SILVA, 2015). Quando o corpo está sob um alto nível de stress, o corpo reage por meio do sentimento de ansiedade, pois está é uma reação natural do corpo ao stress. Um estado emocional instável, que tem como principal característica os sentimentos de tensão, preocupação, medo e pensamentos ruins, pode ter como resultado a ansiedade (GUERRA, 2021). Em seu estado normal, a ansiedade é comum para o indivíduo, pois ela impulsiona para a realização de projetos, prosperar e planejar o futuro. No entanto quando ocorre o excesso desse sentimento, e não existe um fator gerador conhecido, esta passa a ser patológica (GUERRA, 2021).

A ansiedade é comumente diagnosticada em pacientes de diversas idades e por isso está entre os transtornos psiquiátricos mais frequentes na população em geral. O indivíduo com a vida cada vez mais acelerada é facilmente acometido por este transtorno. Seus sintomas são comuns, podendo ser encontrados em qualquer pessoa em algum momento da sua vida. O grande aumento nos casos de ansiedade nos tempos atuais é preocupante, sendo considerada por especialistas, como o mal do século (ZENI *et al.*, 2021).

A bioquímica por trás da ansiedade envolve uma interação complexa de neurotransmissores, hormônios e vias de sinalização no sistema nervoso central (SNC). O sistema nervoso se divide em sistema nervoso central e periférico. O SNC apresenta a maior diversidade celular dos sistemas orgânicos do corpo humano, além de estar associado a atividades extremamente complexas que envolvem a relação do indivíduo com o meio ambiente, coordena atividades musculares, a vida afetiva e a atividade intelectual (GOMES, TORTELLI, 2013).

De acordo com Rang, Dale e Ritter (2016), os benzodiazepínicos apresentam diversos efeitos farmacológicos, sendo os principais a redução da ansiedade e da agressão, a indução do sono, a redução do tônus muscular, o efeito anticonvulsivante e a amnésia anterógrada. O mecanismo de ação desses fármacos ocorre através do aumento da transmissão do neurotransmissor inibitório ácido gama-aminobutírico (GABA) no Sistema Nervoso Central (SNC). Essa ação é mediada pela interação com receptores de benzodiazepínicos exclusivos no cérebro, resultando na facilitação da abertura de canais de cloreto e hiperpolarização da membrana neuronal, reduzindo a excitabilidade (Moreira & Borja, 2018).

3.1.1 Quem é o GABA?

O ácido gama-aminobutírico (GABA) é reconhecido como o principal neurotransmissor inibitório do sistema nervoso central. Ele desempenha um papel fundamental na regulação da excitabilidade neuronal e na coordenação dos circuitos neurais. Em momentos de tensão e ansiedade, o GABA atua como um modulador, interrompendo os circuitos neurais hiperexcitáveis. Estudos têm demonstrado que níveis baixos de GABA estão associados a transtornos de ansiedade (Pereira, 2014).

Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) apresenta uma prevalência mundial de 3,6%. No continente americano, esse transtorno mental assume proporções ainda maiores, afetando cerca de 5,6% da população. É importante ressaltar que o Brasil se destaca nesse cenário, com uma prevalência de 9,3% de TAG, o que o coloca como o país com o maior número de casos de ansiedade em todo o mundo (ZENI et al., 2021). Esses dados revelam a relevância e a necessidade de se abordar de forma adequada o tema da ansiedade.

Os transtornos de ansiedade são condições crônicas e funcionalmente incapacitantes com alto estresse psicológico, caracterizados por sintomas mentais de preocupação excessiva e dificuldades de foco e sintomas fisiológicos como tensão muscular e insônia. O ácido gama-aminobutírico (GABA) é um neurotransmissor inibitório no sistema nervoso central e é um alvo chave das farmacoterapias no tratamento da ansiedade (Schroeck et al., 2016).

O GABA é conhecido por seu papel na modulação do receptor GABA-A, um dos principais mecanismos de ação em terapias aprovadas para insônia. (PESSOLATO et al., 2021). Embora os tratamentos farmacêuticos atuais sejam frequentemente eficazes, eles podem causar efeitos colaterais indesejáveis, incluindo decréscimos cognitivos e sintomas de abstinência. Um número crescente de fitoterápicos e seus constituintes bioativos com mecanismos GABA comprovados têm sido estudados no tratamento de sintomas de ansiedade generalizada, além de transtornos de ansiedade diagnosticados (Silva, 2015).

3.2 Consequencias da pandemia sobre o aumento do transtorno de ansiedade e uso de ansiolíticos

Em meio à pandemia da Corona Virus, tem-se aumentado o número de indivíduos acometidos pela ansiedade, e segundo a Organização Mundial de Saúde(OMS), mesmo antes da pandemia, o Brasil já era o país mais pessoas com transtorno de ansiedade do mundo. É interessante mencionar também que o Brasil esta entre os primeiros na América Latina em incidência de depressão.

Estudos realizados durante a pandemia, pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (UERJ), e Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), demonstraram, respectivamente, um aumento de 90% nos casos de depressão e o dobro no número de pessoas com crises de ansiedade entre março e abril de 2020, e que no período entre os meses de maio e julho, a população brasileira tornou-se 80% mais ansiosa (GAMEIRO, 2020; GANDRA, 2020).

Na maioria das vezes, a ansiedade é tratada com fármacos ansiolíticos, medicamentos esses que atuam no Sistema Nervoso Central (SNC), entre estes medicamentos pode-se citar que os fármacos mais utilizados para o tratamento dessa enfermidade são os da classe dos benzodiazepínicos (BZD).

Diversos estudos realizados em todo o mundo têm destacado o uso de psicofármacos como opção de tratamento farmacológico para problemas de saúde decorrentes do Corona virus. Um estudo conduzido em cinco farmácias privadas da Zona da Mata Norte em Pernambuco, no ano de 2021, comparou as vendas de psicofármacos entre os anos de 2019 e 2020. Os resultados indicaram um aumento significativo nas vendas de ansiolíticos durante esse período: Alprazolam aumento de 102,27%, Bromazepam aumento de 8,45%, Clonazepam aumento de 62,74%, Limbitrol aumento de 61,91%, Diazepam aumento de 71,79%, Lorazepam aumento de 20,90%. (Silva et al., 2021). Abaixo estão os percentuais de aumento das vendas para cada medicamento:

Esses dados sugerem um aumento na demanda por medicamentos ansiolíticos durante a pandemia de Corona virus, possivelmente relacionado aos impactos psicológicos e emocionais causados pela situação de crise global.

De acordo com um estudo realizado pela OMS em janeiro de 2019, o Brasil foi identificado como o país com o maior número de pessoas ansiosas em todo o mundo, totalizando 18,6 milhões de indivíduos, o que representa 9,3% da população brasileira. Com a chegada da pandemia, especialistas relatam um aumento significativo no número de pacientes com transtorno de ansiedade, o que pode explicar o aumento nas vendas de medicamentos ansiolíticos em 2020.

Dados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) revelam um aumento significativo no consumo de ansiolíticos durante o ano de 2020, período que marcou o início da pandemia do Corona Virus. Esse registro histórico reflete uma demanda crescente por medicamentos dessa classe, que são utilizados no tratamento de transtornos de ansiedade impacto psicológico causado pela crise sanitária global.

Entre o período de 1º de janeiro de 2014 e 31 de dezembro de 2021, o Brasil adquiriu um total de 345,5 mil caixas dos cinco ansiolíticos (benzodiazepínicos) mais comercializados:

alprazolam, bromazepam, clonazepam, diazepam e lorazepam. Esses números destacam a alta demanda por medicamentos ansiolíticos no país ao longo dos últimos anos. A pandemia gera medo, angústia e preocupação, e conseqüentemente alterações na saúde mental das pessoas (ROLIM; DE OLIVEIRA; BATISTA, 2020).

3.3 Uso de fitoterápicos para o transtorno de ansiedade

Na busca por amenizar os efeitos causados pelos BZD. Uma alternativa ao uso de medicamento no tratamento do transtorno de ansiedade é a utilização de fitoterápicos. As plantas medicinais e fitoterápicas vêm ganhando mais espaço como uma excelente alternativa no tratamento da ansiedade, esse aumento na procura pelos fitoterápicos se dá pelo fato de ser um tratamento de baixo custo, fácil acesso, e o mais importante não causa dependência, além de ser um tratamento menos agressivo.

As plantas medicinais têm sido utilizadas desde tempos antigos, quando os seres humanos primitivos buscavam os princípios ativos encontrados nelas para tratar doenças, embora de maneira empírica. Até os dias atuais, em algumas comunidades mais isoladas ou tradicionais, o uso desses recursos ainda é um hábito comum (VIANA; RAMOS, 2018). Apesar dos avanços científicos e tecnológicos na medicina, ainda há comunidades em áreas remotas ou com tradições ancestrais que continuam confiando nas plantas medicinais para suas necessidades de saúde. Essas comunidades podem ter acesso limitado a serviços médicos modernos ou podem ter uma conexão cultural e espiritual com o uso de plantas para cura.

É importante observar que a Resolução da Diretoria Colegiada - RDC N° 26, DE 13 DE MAIO DE 2014, estabelece regulamentos e requisitos específicos para a produção, registro, rotulagem e comercialização de fitoterápicos, visando garantir a segurança e a qualidade desses produtos para os consumidores.

Desse modo é importante mencionar que existem várias plantas medicinais empregadas para o tratamento da ansiedade, entre elas pode-se destacar a *Valeriana officinalis*, cujas raízes ressecadas são utilizadas principalmente por suas ações hipnóticas e sedativas em pacientes com ansiedade quando são administradas por longos períodos, além de uma forma inofensiva e econômica de uso de ervas para o tratamento da insônia moderada (MEHVISH *et al.*, 2018 *apud* RODRIGUES *et al.*, 2021).

3.3.1 Valeriana officinalis.

A *Valeriana officinalis* é uma planta pertencente à família Caprifoliaceae. Seu uso é conhecido desde a Grécia e Roma antigas, conforme mencionado por Mehvish (2018). Trata-

se de uma planta herbácea (Figura 1) que possui um odor forte e desagradável. As partes utilizadas da planta são os rizomas e as raízes, que são preparados secos e triturados para serem utilizados na forma de chás, cápsulas, entre outros (SILVA, R., 2021).

A *Valeriana officinalis* contém diversos compostos em sua formulação química, incluindo compostos voláteis, flavonoides e aminoácidos livres. No entanto, o principal constituinte que confere suas propriedades medicinais, como a capacidade de tratar a insônia e aliviar os efeitos da ansiedade, é o ácido valerênico. Esse composto é um sesquiterpenoide presente no óleo essencial da planta (Silva, R., 2021).

Figura 01 - *Valeriana officinalis* (imagem das flores e folhas)



Fonte: NANDHINI; NARAYANAN; ILANGO, 2018

De acordo com estudos, o extrato da raiz de *Valeriana officinalis* contém mais de 150 constituintes químicos, e é possível que o ácido gama-aminobutírico (GABA) esteja presente no extrato da planta. Portanto, a valeriana tem demonstrado eficácia nos tratamentos no distúrbio do sono (PESSOLATO et al., 2021). No entanto, é importante observar que, de acordo com a Farmacopeia Brasileira, existem algumas contraindicações para o uso da valeriana. Recomenda-se evitar o uso por gestantes, lactantes e menores de 12 anos de idade devido à falta de dados suficientes sobre sua segurança nessas populações (Anvisa, 2021).

3.3.2 *Passiflora incarnata*

A *Passiflora incarnata*, popularmente conhecida como "flor do maracujá", é uma planta trepadeira da família Passifloraceae (Figura 2). É nativa da América do Sul e tem sido utilizada com fins terapêuticos devido às suas propriedades calmantes, sedativas e

anticonvulsivantes para combater a ansiedade e o estresse (MONTEZOLLI; LOPES, 2015; PESSOLATO et al., 2021).

Estudos têm apontado que o efeito ansiolítico do maracujá decorre da sinergia entre alcaloides e flavonoides presentes nas partes aéreas da planta. Esses compostos atuam no sistema nervoso central, promovendo efeitos relaxantes e ansiolíticos. Além disso, foi observado que a ação ansiolítica da *Passiflora incarnata* é semelhante à observada com o uso de benzodiazepínicos, (PESSOLATO et al., 2021).

Figura 02 - *Passiflora incarnata* - flor do maracujá



Fonte: (Montezolli e Lopes, 2015).

Estudos têm avaliado que os efeitos colaterais associados ao uso da *Passiflora incarnata* são baixos. De forma geral, ela é considerada uma planta que apresenta baixo potencial de causar dependência (SILVA, M. et al., 2021).

3.3.3 *Matricaria recutita* (Camomila)

A *Matricaria recutita*, conhecida como camomila, é uma planta medicinal amplamente reconhecida e utilizada tanto por populações tradicionais quanto pelo público em geral. É conhecida por suas propriedades calmantes, além de outras propriedades terapêuticas. Seu uso é considerado seguro, inclusive em crianças, e não são relatados efeitos colaterais significativos (SILVA LIMA; OLIVEIRA LIMA FILHO, DE; ANTÔNIO LOPES DE OLIVEIRA, 2019).

Essa planta pertence à família botânica Asteraceae e é uma erva (Figura 3). As partes utilizadas como fitoterápico são as flores, que podem ser consumidas na forma de chás, e delas é extraído o óleo essencial, que é rico em ativos biológicos, como o camazuleno, α -

bisabolol e sesquiterpenos. Esses compostos são apontados como responsáveis por suas propriedades terapêuticas. Além disso, a camomila contém 28 terpenoides, incluindo álcool terpeno, 36 flavonoides, éteres cíclicos, umbeliferona e vários compostos fenólicos. O óleo essencial da raiz também contém compostos como linalol, nerol, geraniol e camomilol, que são importantes para outras atividades terapêuticas da planta (SINGH et al., 2011).

Figura 03 - *Matricaria recutita* flores e folhas



Fonte: Peter Birch, 2017.

A *Matricaria recutita*, além de ser nativa do sul e leste europeus, também é cultivada em vários outros países, incluindo o Brasil. Seu uso vai além do âmbito medicinal e abrange a indústria de cosméticos, perfumaria e alimentação. É utilizada como especiaria e em bebidas, além de ter presença em farmacopeias de 26 países, (SINGH et al., 2011).

No entanto, existem algumas contra-indicações em relação ao seu uso. O uso oral da camomila não é recomendado em crianças menores de 6 meses, e a inalação não é recomendada em crianças menores de 6 anos. Além disso, é importante evitar o uso da planta em caso de hipersensibilidade aos seus componentes ativos, a fim de evitar reações adversas (ANVISA, 2021).

3.3.4 *Piper methysticum* G. Forst Kava-Kava

A *Piper methysticum* G. Forst, conhecida popularmente como Kava-Kava, é uma planta da família Piperaceae (Figura 4), que tem sido estudada nos últimos anos por sua capacidade de reduzir a ansiedade. Entre os anos de 1999 a 2002, ela esteve na lista dos 10 fitoterápicos mais vendidos no Brasil. O uso desse fitoterápico é indicado no tratamento da

insônia e ansiedade devido às suas propriedades calmantes. Diversas pesquisas realizadas com extratos de Kava-Kava relatam que esses produtos podem ser alternativas interessantes aos ansiolíticos tradicionais devido à ausência dos efeitos adversos frequentemente associados a essas drogas (SARRIS, 2013).

Figura 04 – *Piper methysticum* Kava-Kava – Folhas, raízes e preparação.



Fonte: Compilação do autor adaptado de ALONSO, 2004

A *Piper methysticum* possui em sua composição química diversas substâncias, incluindo estigmasterol, ácido benzóico, açúcares, bornil-cinamato, tetrahydroiangoninas, mucilagens, estigmasterol, flavocavaínas, ácido cinâmico e pironas principais responsáveis pelas ações farmacológicas. Além disso, a planta também contém sais minerais, destacando-se o potássio (BARBOSA, 2013).

O extrato da *Piper methysticum*, ao atingir o Sistema Nervoso Central, é capaz de proporcionar uma sensação de prazer e suavizar os sentimentos de medo. Essa ação farmacológica está relacionada principalmente às α -pironas presentes na planta. (BARBOSA, 2013).

4 METODOLOGIA

4.1 Tipo de pesquisa

A proposta será elaborada considerando as informações obtidas durante o período de estudo realizado, no qual é importante destacar que, para dispor deste conhecimento é necessária a realização de um estudo bibliográfico.

Muitas são às discussões a respeito da pesquisa, principalmente as que estão em torno de suas diversas definições que podem, dialeticamente, variar na visão de vários autores.

Sendo assim, a pesquisa é entendida como um processo sistemático de investigação engloba um conjunto de atividades que visam descobrir novos conhecimentos, seja em qual área ou nível de estudo for. Essas atividades incluem a formulação de perguntas de pesquisa, a coleta e análise de dados, a interpretação dos resultados e a comunicação dos achados. Independentemente da área de estudo, a pesquisa desempenha um papel fundamental no avanço do conhecimento, na solução de problemas e no desenvolvimento de novas abordagens e intervenções. Ela proporciona uma base sólida para o crescimento acadêmico, a inovação e a tomada de decisões informadas em diversas áreas da sociedade. (SILVA, 2010)

A pesquisa bibliográfica faz-se muito importante para que assim o esboço teórico possa ser elaborado.

Este estudo será realizado por meio de leitura, e a revisão bibliográfica, em que terá como fonte de apoio os seguintes teóricos: GUERRA, (2021), ZENI et al., (2021); GAMEIRO, (2020); ROLIM; DE OLIVEIRA; BATISTA, (2020), SOUSA; OLIVEIRA; CALOU, (2018), DA SILVA, (2018) SILVA, (2010).

Considerando o teor do nosso problema de investigação, trabalhar-se-á com a pesquisa de abordagem qualitativa. Entende-se que nessa abordagem, a pesquisa é aquela que busca entender um fenômeno específico em profundidade, ao invés de só tratá-lo por estatísticas, regras e outras generalizações.

Para a elaboração deste trabalho foi realizada uma revisão integrativa da literatura, a fim de agrupar e sintetizar informações disponíveis em bases de dados eletrônicos, para esclarecimento de lacunas sobre o tema. Foi utilizado também dados de entrevistas realizadas com pacientes acometidos por ansiedade, é importante mencionar que esses dados foram retirados dos artigos pesquisados. Este tipo de trabalho consiste em um método de pesquisa, cujo intuito é desenvolver uma análise sobre um tema já investigado, sobre o qual há trabalhos na literatura. A revisão integrativa permite a criação de novos conhecimentos científicos a partir da análise e síntese de estudos publicados (DOS SANTOS; ARAÚJO; OLIVEIRA, 2020).

4.2 Local da pesquisa

O estudo será realizado por meio de acesso disponível via internet e no acervo da biblioteca Faculdade UNIRB Barreiras.

4.3 População do estudo

Para o estudo sobre o uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, a população em questão será composta por pessoas que sofrem de ansiedade e que fazem uso de medicamentos fitoterápicos. A coleta de dados será realizada através de uma revisão sistemática da literatura, que será realizada nas bases de dados eletrônicas *PubMed*, *Scopus* e *Web of Science*.

A seleção dos artigos será realizada de forma independente avaliando a qualidade metodológica dos estudos incluídos e extrairão os dados relevantes para a análise.

4.3.1 Critérios de inclusão

Serão incluídos na revisão artigos científicos que abordem o uso de fitoterápicos no tratamento da ansiedade, publicados nos últimos quinze anos.

A análise por material bibliográfico será feita nos dois idiomas: português, inglês. Os artigos deverão conter informações importantes acerca do tema escolhido para investigação e estes devem seguir alguns critérios estabelecidos:

- Artigos abordando tratamentos farmacológicos com fitoterápicos, e tratamentos não farmacológicos;
- Os artigos contêm estudos e/ou revisão com abordagem sobre ansiedade;
- Artigos abordando sobre o uso de *fitoterápicos* no tratamento da ansiedade;
- Pacientes atendidos nos últimos 15 anos.
- Artigos que respondam a questão norteadora.

4.3.2 Critérios de exclusão

Serão excluídos artigos que não apresentem informações relevantes para o estudo, tais como:

- Estudos que não incluam a população-alvo ou que tratem de outras condições de saúde;
- Artigos e/ou publicações que contem assuntos que não são compatíveis com o objetivo da revisão bibliográfica;
- Artigos e/ou publicações que não possuem o tempo delimitado no trabalho, serão excluído da busca.
- Pacientes atendidos no período anterior a 15 anos.

4.4 Procedimento de coleta e análise de dados

Para realizar a coleta de dados deste trabalho de conclusão de curso sobre o uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, serão utilizados diferentes recursos, como pesquisas bibliográficas em bancos de dados eletrônicos e em acervos de bibliotecas especializadas tendo como objetivo a obtenção de artigos científicos, que abordem o tema de forma extensa. A pesquisa será embasada em arquivos disponíveis nas seguintes bases de dados: *Electronic Library Online (SciElo)*, *eletrônicas Periódicos Capes*, *Science Direct*, *Biblioteca Virtual em Saúde (BVS)*, *Pubmed*, *Medline*.

Serão utilizados descritores como "medicamentos fitoterápicos", "ansiedade", "tratamento"; "reações adversas", e outros termos relacionados ao tema para realizar a busca de informações relevantes.

Além disso, serão analisados questionários que foram aplicados a pacientes que fizeram uso de medicamentos fitoterápicos para o tratamento da ansiedade, com o objetivo de coletar informações sobre a eficácia desses medicamentos, bem como seus efeitos colaterais e sua satisfação com o tratamento. Esses questionários foram aplicados por profissionais da área da saúde, garantindo a qualidade e a confiabilidade dos dados coletados.

Os dados coletados serão analisados por meio de tratamento estatístico, utilizando programas de análise de dados, como o Excel. Serão elaborados gráficos e tabelas para facilitar a visualização e a interpretação dos resultados, bem como confrontos entre os dados para identificar conformidades e discordâncias entre os autores estudados.

Este procedimento de coleta e análise de dados permitirá uma abordagem mais completa e aprofundada do tema em questão, contribuindo para a produção de conhecimento científico na área de fitoterapia e saúde mental.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Muitas culturas ao redor do mundo possuem uma longa tradição no uso de plantas para promover o equilíbrio e o bem-estar emocional. Vários estudos científicos têm sido realizados para investigar a eficácia e segurança das plantas medicinais no tratamento da ansiedade. Essas pesquisas buscam comprovar cientificamente os efeitos das plantas e seus derivados, bem como entender os mecanismos de ação envolvidos.

Embora essas pesquisas ainda estejam em andamento, estudos como Silva (2021), Pessolato et al. (2021), Sarris, 2013; e Barbosa, 2013 têm contribuído para comprovar a eficácia de algumas plantas medicinais no tratamento da ansiedade. Esses estudos têm

evidenciado que plantas como *Passiflora incarnata* (maracujá), *Piper methysticum* G. Forst Kava-Kava, *Matricaria Recutia* (Camomila) e a *Valeriana officinalis* (valeriana), citadas anteriormente, possuem propriedades ansiolíticas e relaxantes reconhecidas. As pesquisas mencionadas reforçam a utilização clínica dessas plantas medicinais, fornecendo suporte científico para seu potencial terapêutico no manejo da ansiedade. É importante ressaltar que os resultados desses estudos contribuem para embasar a prática clínica e estimulam a investigação contínua no campo dos fitoterápicos como alternativas eficazes no tratamento de problemas de saúde, incluindo a ansiedade.

De acordo com a quadro 1, os autores destacam a eficácia das plantas medicinais estudadas neste trabalho, algumas delas podendo ser consideradas como opções alternativas aos benzodiazepínicos. Essas plantas apresentam peculiaridades e benefícios específicos, o que resulta em tratamentos seguros e acessíveis para o público em geral.

Quadro 01 - Análise dos Artigos da Revisão de Literatura sobre Plantas Medicinais: Eficácia, Benefícios e Segurança.

Estudo/nome dos autores	Tipo de artigos	Resultados	Categoria dos Farmacos
ZENI, F.; LIZ, M. P.; DUARTE, D.; ZENI, A.L.B. Plantas medicinais e fitoterápicas na promoção à saúde no transtorno de ansiedade	Revisão de literatura	Os fitoterápicos são eficazes no tratamento da ansiedade.	Terapêutico/farmacológico
Silva, M. et al. 2021. Uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade: revisão sistemática	Relato de casos	Os medicamentos fitoterápicos podem ser eficazes no tratamento da ansiedade leve a moderada.	Terapêutico/farmacológico
RODRIGUES, J.J.C.; PIMENTEL, V. P.S.; BARROS, N.B.; MARTINS, T.S. 2021. Efeitos farmacológicos do fitoterápico valeriana no tratamento da ansiedade e no distúrbio do sono.	Revisão de literatura.	Os compostos encontrados na Valeriana tem demonstrado eficácia no tratamento da ansiedade e distúrbios do sono.	Terapêutico/farmacológico
PESSOLATO, A. G. et al. 2021. Uso de fitoterápicos para ansiedade em pacientes de atenção primária à saúde.	Estudo de caso	Estudos revelaram que o extrato da raiz da Valeriana contém mais de 150 constituintes químicos. A presença desses compostos tem demonstrado eficácia no tratamento da ansiedade.	Terapêutico/farmacológico
SILVA, R. 2021. O USO DA	Revisão	O uso da valeriana é eficaz no tratamento da	Terapêutico

Valeriana officinalis COMO ALTERNATIVA NO TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS DA ANSIEDADE.	de literatura.	insônia e alívio da ansiedade, seu uso reduziu significativamente os sintomas de ansiedade e insonia. Ela contém vários compostos em sua formulação química, incluindo compostos voláteis, flavonoides e aminoácidos livres.	ico/farmacológico
Barbosa DR, Lenardon L, 2013. Kava-kava (Piper methysticum)	Revisão de literatura.	A Kava-kava (Piper methysticum) é eficaz para tratar a ansiedade e a insonia.	Terapêutico/farmacológico

Fonte: O Autor

Com base nos estudos realizados, há evidências significativas que indicam efeitos positivos dos fitoterápicos no tratamento da ansiedade. Os resultados da pesquisa demonstram que diversas plantas medicinais, têm propriedades ansiolíticas e podem contribuir para a redução dos sintomas ansiosos.

Esses resultados nos levam a um novo entendimento sobre o uso de fitoterápicos no tratamento da ansiedade. Enquanto antes havia dúvidas sobre sua eficácia, as evidências científicas atualmente disponíveis nos permitem ter mais confiança na recomendação desses recursos terapêuticos. Os fitoterápicos representam uma alternativa natural e potencialmente segura para indivíduos que buscam uma abordagem mais suave e menos invasiva.

Embora os fitoterápicos possam ser uma opção natural e apresentem resultados promissores para o tratamento da ansiedade, é fundamental considerar que eles não substituem a avaliação médica adequada e outras formas de tratamento convencionais quando necessárias. O tratamento da ansiedade deve ser abordado de maneira individualizada, levando em conta a complexidade da condição e as necessidades específicas de cada paciente.

No artigo O Uso de fitoterápicos para ansiedade em pacientes de atenção primária à saúde, e A eficácia de (*Passiflora incarnata* L.) no transtorno de ansiedade generalizada - TAG, PESSOLATO, 2021, em que 60 participantes com TAG respondeu as seguintes perguntas: Com que frequência e o principal motivo pelo qual você utiliza fitoterápicos? Você consulta um profissional de saúde antes de iniciar o uso de um fitoterápico? Cujos os resultados serem apresentados em forma de gráfico.

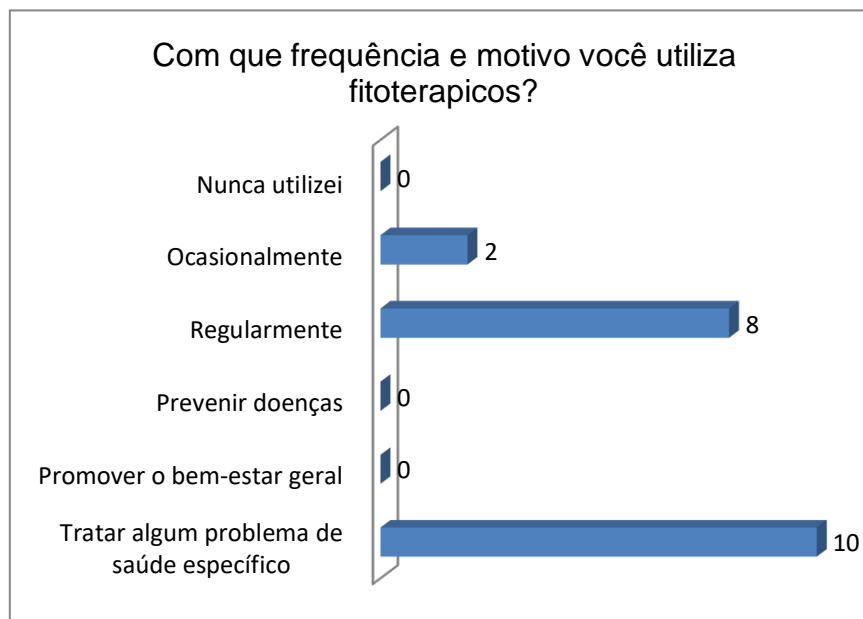
Os resultados gráfico 1, sugerem que a maioria dos entrevistados tem uma frequência regular de uso de fitoterápicos, o que indica que esses produtos são parte integrante de sua rotina de cuidados com a saúde.

Por outro lado, uma parcela significativa dos entrevistados utiliza fitoterápicos apenas ocasionalmente, indicando que esses produtos podem ser uma opção de tratamento adicional ou alternativa em determinadas situações ou necessidades específicas. O resultado ainda

forneem insights importantes sobre as motivações dos entrevistados para utilizar fitoterápicos. Eles demonstram a relevância dos fitoterápicos como uma alternativa terapêutica para tratar problemas de saúde específicos e como uma abordagem preventiva.

Essa constatação ressalta a importância de considerar o contexto individual de cada pessoa ao optar pelo uso de fitoterápicos. Além disso, a utilização ocasional pode estar relacionada à preferência por abordagens integrativas de saúde, nas quais os fitoterápicos são combinados com outros tratamentos convencionais obtendo um cuidado mais personalizado.

Gráfico 1 – Frequência e motivo de utilização de medicamentos Fitoterápicos.



Fonte: PESSOLATO, 2021

Essas informações podem ser relevantes para entender a demanda e o padrão de uso de fitoterápicos na amostra estudada, bem como a possível aceitação e adesão a esses produtos. Os resultados podem ter implicações tanto para a área da saúde, auxiliando na compreensão dos hábitos e preferências dos entrevistados, quanto para a indústria de fitoterápicos, fornecendo insights sobre a demanda do mercado e o perfil do consumidor.

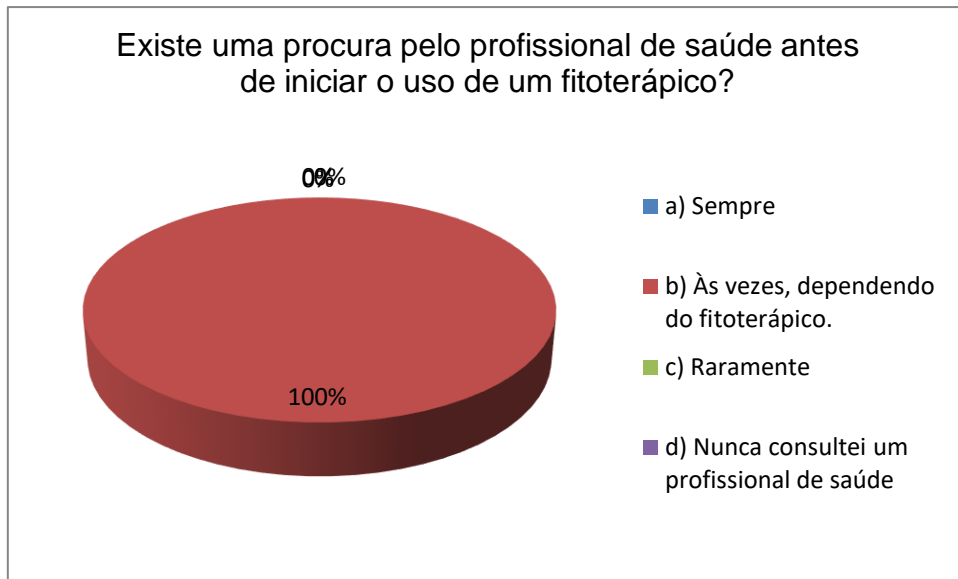
Isso sugere que a maioria dos participantes considera os fitoterápicos como uma ferramenta direcionada ao tratamento de condições específicas.

Já no artigo *Uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade: revisão sistemática* foi aplicado um questionário, em que 30 participantes responderam as seguintes perguntas: *Você consulta um profissional de saúde antes de iniciar o uso de um fitoterápico? Você já experimentou algum efeito colateral ao utilizar fitoterápicos? Você acredita que os fitoterápicos são eficazes no tratamento de problemas de saúde? Você considera os fitoterápicos como uma alternativa segura aos medicamentos convencionais? No qual os*

resultados estão sendo apresentados em forma de gráfico logo abaixo.

No gráfico 2, observa-se que 100% dos participantes afirmaram que consultam um profissional de saúde antes de iniciar o uso de um fitoterápico, mas apenas às vezes e dependendo do fitoterápico em questão, e nenhum indicou consultar um profissional de saúde sempre, raramente ou nunca antes de iniciar o uso de um fitoterápico.

Gráfico 2 - Consulta a um Profissional de Saúde antes do Uso de Fitoterápicos.



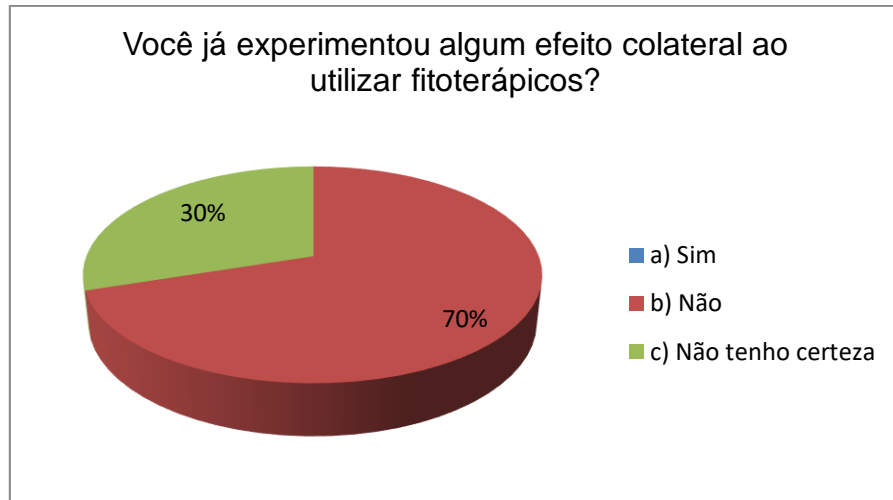
Fonte: PESSOLATO, 2021

Os dados revelam que a maioria dos participantes reconhece a importância de buscar orientação profissional antes de utilizar um fitoterápico, porém, não o fazem de forma sistemática ou em todas as situações. A decisão de consultar um profissional de saúde parece depender do tipo específico de fitoterápico ou de outras circunstâncias individuais.

É importante ressaltar a relevância da consulta a um profissional de saúde qualificado, como médico, farmacêutico ou fitoterapeuta, antes de iniciar o uso de fitoterápicos. Esses profissionais possuem conhecimento especializado e podem fornecer orientações personalizadas com base no histórico de saúde do indivíduo. A consulta profissional contribui para uma abordagem segura e eficaz no uso de fitoterápicos.

Com o resultado da pergunta do gráfico 3 é possível observar que 70% responderam que não experimentaram nenhum efeito colateral ao utilizar fitoterápicos já 30% indicaram que não têm certeza e nenhum participante afirmou ter experimentado algum efeito colateral decorrente do uso de fitoterápicos.

Gráfico 3 - Experiência de Efeitos Colaterais ao Utilizar Fitoterápicos.

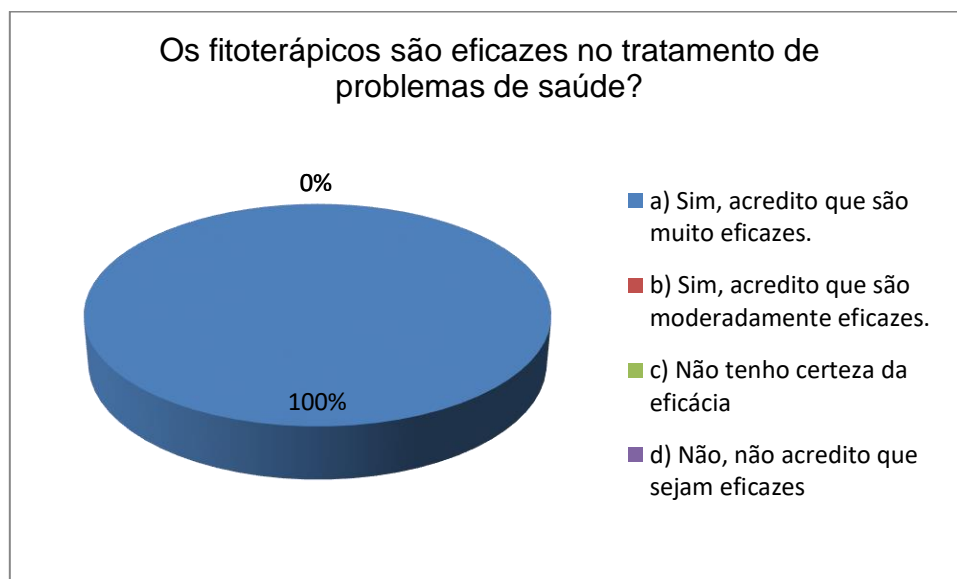


Fonte: PESSOLATO, 2021

É possível perceber que a maioria dos participantes da pesquisa não relatou efeitos colaterais negativos ao utilizar fitoterápicos. No entanto, é importante considerar que uma parcela significativa não tem certeza, o que indica uma possível falta de clareza ou conhecimento sobre os efeitos dos fitoterápicos que utilizaram.

Com base nos resultados apresentados no gráfico 4 todos (100%) acreditam que os fitoterápicos são eficazes no tratamento de problemas de saúde. Nenhum indicou ter incerteza sobre a eficácia dos fitoterápicos, e nenhum deles expressou crença na falta de eficácia desses produtos.

Gráfico 4 - Crenças sobre a Eficácia dos Fitoterápicos.



Fonte: PESSOLATO, 2021

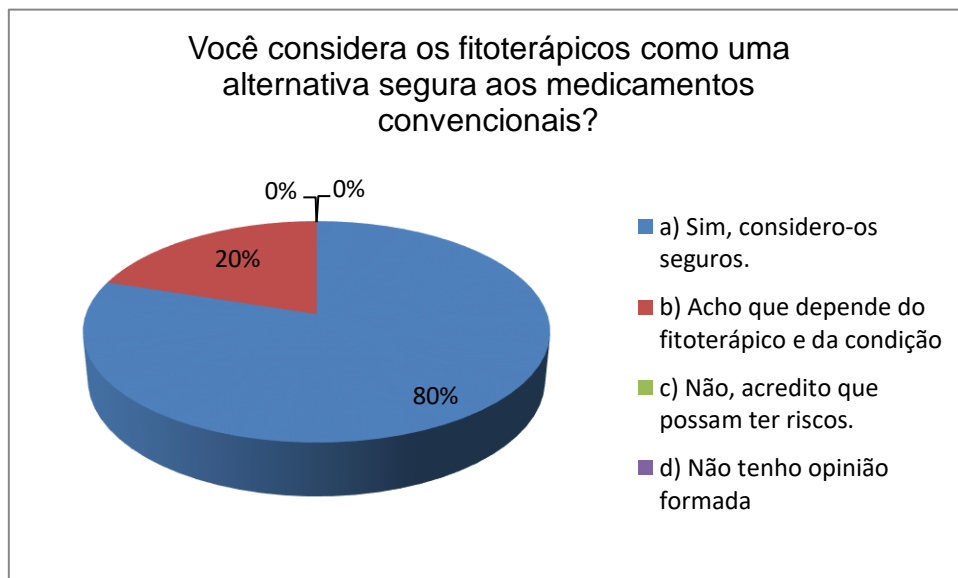
Os elementos indicam que a amostra de participantes da pesquisa possui uma visão

positiva e confiança na eficácia dos fitoterápicos como uma abordagem terapêutica para o tratamento de problemas de saúde. A alta proporção de entrevistados que utiliza fitoterápicos regularmente e a crença de que esses produtos são eficazes, destacam a relevância e a aceitação dessas terapias alternativas. Essa confiança na eficácia dos fitoterápicos pode ser atribuída a fatores como experiências pessoais positivas, recomendações de profissionais de saúde ou ampla divulgação de seus benefícios por meio de fontes confiáveis.

É essencial lembrar que a eficácia dos fitoterápicos pode variar dependendo da condição de saúde específica, da qualidade e procedência dos produtos utilizados, bem como da resposta individual de cada pessoa.

Já no gráfico 5, pode-se observar que 80% dos participantes consideram os fitoterápicos como uma alternativa segura aos medicamentos convencionais, 20% acreditam que a segurança dos fitoterápicos depende do tipo específico de fitoterápico e da condição de saúde em questão, nenhum expressou a opinião de que os fitoterápicos possam ter riscos, e nenhum deles afirmou não ter uma opinião formada sobre o assunto.

Gráfico 5 - Percepção sobre a Segurança dos Fitoterápicos.



Fonte: PESSOLATO, 2021

A maioria dos pesquisados tem confiança na segurança dos fitoterápicos. No entanto, uma parte significativa reconhece a importância de considerar fatores individuais. No gráfico 5, assim como no gráfico anterior, uma parte dos pesquisados reconhece a relevância de avaliar fatores individuais, como o tipo de fitoterápico e a condição de saúde específica.

Assim, a ligação entre esses dois gráficos mostra que, embora a maioria dos participantes acredite na eficácia dos fitoterápicos (gráfico anterior), eles também consideram importante avaliar a segurança desses produtos, reconhecendo que ela pode variar

dependendo das circunstâncias individuais (gráfico atual).

É importante ressaltar que o aumento do uso de fitoterápicos durante a pandemia pode refletir uma tendência mais ampla de cuidados com a saúde e o bem-estar, à medida que as pessoas buscam maneiras de se sentirem mais empoderadas e resilientes em face das circunstâncias desafiadoras.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O uso de medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade é uma opção cada vez mais procurada pelos pacientes, que buscam uma alternativa mais natural e com menos efeitos colaterais em relação aos medicamentos sintéticos. Este estudo buscou apresentar uma revisão sobre os medicamentos fitoterápicos mais utilizados no tratamento da ansiedade, como a valeriana, a camomila, a passiflora e a kava-kava, além de destacar a importância do acompanhamento médico e do tratamento multidisciplinar.

Os resultados da revisão indicam que esses medicamentos podem ser eficazes no tratamento da ansiedade leve a moderada, apresentando poucos efeitos colaterais quando utilizados corretamente. No entanto, é fundamental ressaltar que cada caso deve ser avaliado individualmente e que o uso de medicamentos fitoterápicos não deve substituir o acompanhamento psicológico e as mudanças no estilo de vida.

Além disso, é importante destacar a necessidade de mais estudos sobre a eficácia e segurança dos medicamentos fitoterápicos no tratamento da ansiedade, bem como a regulamentação desses produtos no mercado. A falta de padronização e controle na produção e comercialização dos fitoterápicos pode representar um risco para a saúde pública.

Portanto, conclui-se que o uso de medicamentos fitoterápicos pode ser uma alternativa eficaz e segura no tratamento da ansiedade, desde que utilizado de forma consciente e responsável, em conjunto com outras medidas terapêuticas e sempre com orientação médica.

Referências

- ALONSO, J. **Tratado de Fitofármacos y Nutracéuticos. 1. ed. Rosario, Argentina:** Corpus Libros, 2004. Disponível em: <https://hortodidatico.ufsc.br/kava-kava/>. Acesso em: 15 de jun. 2023
- ANVISA Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. ANVISA, 2021.
- Arnous, A. H., Santos, A. S., & Beinner, R. P. C. (2011). **Plantas medicinais de uso caseiro-conhecimento popular e interesse por cultivo comunitário.** Revista espaço para a saúde, 6(2), 1-6. Disponível em: <https://www.academia.edu/download/32856432/plantamedicinal.pdf>. Acesso em: 12 de jun. 2023.
- BARBOSA DR, Lenardon L, Partata K. **Kava-kava (Piper methysticum):** uma revisão geral. Revista Científica do ITPAC. 2013; 6 (3): 30-49.
- BRASIL, RDC nº 26, de 13 de maio de 2014. **Regulamenta o registro de Medicamentos Fitoterápicos (MF) e o registro e a notificação de Produtos Tradicionais Fitoterápicos (PTF).** Diário oficial da República Federativa do Brasil. Brasília, DF, 14 mai. 2014.
- BRUNING, M.; MOSEGUI, G.; VIANNA, C. **A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais.** Paraná: a visão dos profissionais de saúde. Ciência & Saúde Coletiva, 2012. v. 17, n. 10, p. 2675–2685.
- D'ÁVILA, L.I.; ROCHA, F.C.; RIOS, B.R.M.; PEREIRA, S.G.S.; PIRIS, Á.P. Processo patológico do transtorno de ansiedade segundo a literatura digital disponível em português-revisão integrativa. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 12, n. 2, p. 155-168, 2020.
- DOS SANTOS, A. K. C.; ARAÚJO, T. A.; OLIVEIRA, F. S. Farmacoterapia e cuidados farmacêuticos da gripe e resfriado. Journal of Biology & Pharmacy and Agricultural Management, v. 16, n. 2, p. 137-155, abr./jun, 2020.
- GAMEIRO, N. **Depressão, ansiedade e estresse aumentam durante a pandemia.** Fiocruzbrasil, 2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/depressao-ansiedade-e-estresse-aumentam-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 11 nov. 2022.
- GANDRA, A. **Pesquisa revela aumento da ansiedade entre brasileiros na pandemia. Agenciabrasil, 2020.** Disponível em: <https://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2020-10/pesquisa-revela-aumento-da-ansiedade-entre-brasileiros-na-pandemia>. Acesso em: 11 nov. 2022.
- GOMES, Flávia Carvalho Alcantara; TORTELLI, Vanessa Pereira. **Glia: dos velhos conceitos às novas funções de hoje e as que ainda virão.** Estudos avançados, v. 27, n. 77, p. 61-84, 2013.
- GUERRA, M. **Ansiedade saiba tudo sobre o mal do século:** causas, consequências, sintomas, tratamentos e muito mais. Mariangelaguerra, 2021. Disponível em: <https://mariangelaguerra.com.br/ansiedade/>. Acesso em: 26 nov. 2022.

MEHVISH, Sadia; BARKAT, Muhammad Qasim. Phytochemical and Antioxidant Screening Of Amomum Subulatum, Elettariacardamomum, Emblica officinalis, Rosa Damascene, Santalum Album and Valeriana officinalis and its Effects on the Stomach, Liver and Heart. Matrix Science Medica (MSM) 2(2) (2018) 28-33. DOI: <http://doi.org/10.26480/msm.02.2018.28.33>. Disponível em: <<https://matrixscmedica.com/archives/2msm2018/2msm2018-28-33.pdf>>. Acesso em 16 de jun. de 2023.

MOREIRA, P.; BORJA, A. Benzodiazepínicos: uso e abuso em pacientes idosos. Centro de Pós-Graduação, Pesquisa e Extensão Oswaldo Cruz, Rio de Janeiro, p. 1-9, 2018.

MONTEZOLLI, A. P.; LOPES, G. C. **PHYTOTHERAPICS USE IN MOOD DISORDERS: MYTH OR REALITY?** Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research-BJSCR, 2015. v. 12, n. 2, p. 38-44. Disponível em: <<http://www.mastereditora.com.br/bjscr>>. Acesso em: 14 de jun. 2023

NANDHINI, S.; NARAYANAN, K. B.; ILANGO, K. **Valeriana officinalis**: A review of its traditional uses, phytochemistry and pharmacology. Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research. Innovare Academics Sciences Pvt. Ltd.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Saúde mental no trabalho**. São Paulo: Roca, p.18-30, 2017. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>. Acesso em: 14 de jun. 2023

PEREIRA, S. M. T. (2014). **O uso medicinal da Passiflora incarnata L.** Monografia em Ciências Farmacêuticas, Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra. <https://eg.uc.pt/handle/10316/80530>.

PETER Birch, 2017. **Imagem da espécie Matricaria recutita**. Jardim Botânico UTAD, Flora Digital. Disponível em: <https://jb.utad.pt/multimedia/19156>. Acesso em: 13 de jun. 2023.

PESSOLATO, A. G. et al. **Uso de fitoterápicos para ansiedade em pacientes de atenção primária à saúde**: revisão sistemática. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, v. 16, n. 43, p. 1-11, 2021.

RANG, H.P.; DALE, M.M.; RITTER, J.M. **Farmacologia**. 8ª ed. Rio de Janeiro. Elsevier, 2016.

RODRIGUES, J.J.C.; PIMENTEL, V. P.S.; BARROS, N.B.; MARTINS, T.S. **Efeitos farmacológicos do fitoterápico valeriana no tratamento da ansiedade e no distúrbio do sono**. Brazilian Journal of Development, v. 7, n. 4, p. 41827-41840, 2021.

ROLIM, J. A.; DE OLIVEIRA, A. R.; BATISTA, E. C. **Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19**. Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC, v. 5, n. 1, p. 64-74, 2020.

SANTANA, Gabriela S.; SILVA, Alexsandro M. **O uso de plantas medicinais no tratamento da ansiedade**. São Paulo: III Simpósio de Assistência Farmacêutica, 2015.

SARRIS J, Stough C, Bousman CA, Wahid ZT, Murray G, Teschke R, Savage KM, Dowell A, Ng C, Schweitzer I. **Kava in the treatment of generalized anxiety disorder**: A double-

blind, randomized, placebo-controlled study. *J Clin Psychopharmacol*. 2013; 33(5): 643-8.

SAVAGE, K., Firth, J., Stough, C., & Sarris, J. (2018). **GABA-modulating phytomedicines for anxiety**: A systematic review of preclinical and clinical evidence. *Phytotherapy Research*. Disponível em: <https://onlinelibrary.com/doi/abs/10.1002/ptr.594>. Acesso em: 11 de jun. 2023

SCHROECK, J. L., Ford, J., Conway, E. L., Kurtzhals, K. E., Gee, M. E., Vollmer, K. A., & Mergenhagen, K. A. (2016). **Review of safety and efficacy of sleep medicines in older adults. Clinical therapeutics**. Disponível em: <https://www.science-direct.com/science/article/pii/S0149291816307330>. Acesso em: 12 de jun. 2023.

SILVA, E. M. **Especificidades da Educação Infantil: Cuidar-Educar-Brincar**. Barreiras-Ba, Universidade do Estado da Bahia - UNEB, 2010. Monografia de conclusão de curso.

SILVA, A. J. (2015). **Efeitos da suplementação da passiflora incarnata sobre a ansiedade em humanos**. Dissertação de Mestrado em Ciências da Nutrição, Universidade Federal da Paraíba. Disponível em <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/>. Acesso em: 16 de jun. 2023

SILVA, M. et al. **UTILIZAÇÃO DA Piper methysticum (L.) E Passiflora incarnata (L.) NO TRATAMENTO DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA**. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 10 maio. 2021. v. 7, n. 4, p. 959–973.

SILVA, R. **O USO DA Valeriana officinalis COMO ALTERNATIVA NO TRATAMENTO DOS TRANSTORNOS DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO**. Cuité: Universidade Federal de Campina Grande, 2021.

SILVA LIMA, S.; OLIVEIRA LIMA FILHO, R. DE; ANTÔNIO LOPES DE OLIVEIRA, G. **Aspectos Farmacológicos da Matricaria recutita no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada e Sintomas Depressivos**. Curitiba: Universidade Federal do Piauí, 2019.

SINGH, O. et al. **Chamomile (Matricaria chamomilla L.): An overview**. *Pharmacognosy Reviews*. 2011

VIANA, P.; RAMOS, A. **Utilização De Plantas Medicinais Como Ferramenta De Estímulo Para o Resgate de Cultura e Qualidade de Vida**. Porto Velho: Centro Universitário São Lucas, 2018. Trabalho de Conclusão de Curso.

ZENI, F.; LIZ, M. P.; DUARTE, D.; ZENI, A.L.B. **Plantas medicinais e fitoterápicos na promoção à saúde no transtorno de ansiedade: uma revisão da literatura de apoio aos profissionais**. *Infarma-Ciências Farmacêuticas*, v. 33, n. 1, p. 6-17, 2021.