

Utilização da fitoterapia no tratamento do Transtorno de Ansiedade: revisão sistemática

Use of phytotherapy in the treatment of Anxiety Disorder

DOI:10.34117/bjdv8n12-169

Recebimento dos originais: 04/11/2022

Aceitação para publicação: 15/12/2022

Fernanda Gabrielle Vinhote Rodrigues

Graduanda em Farmácia

Instituição: Faculdade Metropolitana de Manaus (FAMETRO)

Endereço: Av. Constantino Nery, 3000, Chapada, Manaus – AM, CEP: 69050-000

E-mail: fernanda.vinhote@hotmail.com

Ariane Marzo Freitas Ferreira

Graduanda em Farmácia

Instituição: Faculdade Metropolitana de Manaus (FAMETRO)

Endereço: Av. Constantino Nery, 3000, Chapada, Manaus – AM, CEP: 69050-000

E-mail: arianemarzo@hotmail.com

Ana Cristina Martins Costa

Graduanda em Farmácia

Instituição: Faculdade Metropolitana de Manaus (FAMETRO)

Endereço: Av. Constantino Nery, 3000, Chapada, Manaus – AM, CEP: 69050-000

E-mail: cristina.costaa8@gmail.com

Anne Cristine Gomes de Almeida

Doutora em Doenças Tropicais e Infecciosas

Instituição: Universidade estadual do Amazonas

Endereço: Av. Djalma Batista, 3578, Flores, Manaus - AM, CEP: 69050-010

E-mail: anne.almeida@fametro.edu.br

RESUMO

INTRODUÇÃO: Os transtornos de ansiedade são os transtornos psiquiátricos mais comuns, causando grande sofrimento e levando a grave comprometimento funcional. A fitoterapia é uma excelente alternativa de tratamento no transtorno de ansiedade. **OBJETIVO:** Comparar o perfil farmacológico, analisar o mecanismo de ação e verificar a eficácia das plantas medicinais *Passiflora incarnata L*, *Valeriana Officinalis*, *Piper methysticum*, *Matricaria recutita L* e seu tratamento no transtorno de ansiedade. **MÉTODOS:** Trata-se de uma revisão sistemática. A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados Scielo, BVS e PubMed. Os critérios para seleção dos artigos foram: ano de publicação de 2006 a 2022, nos idiomas de inglês e português, estudos que descrevem botânica ou fitoquimicamente as plantas selecionadas e ainda ensaios pré-clínicos e clínicos em animais e humanos. **RESULTADOS:** Dos 1254 estudos identificados, foram selecionados para a revisão 27 estudos. E para amostra de resultados foram elencados 10 artigos. A fitoterapia é uma excelente medida alternativa terapêutica para transtornos de ansiedade para pacientes que não toleram os efeitos colaterais causados pela medicação convencional. Além disso, os fitoterápicos possuem mecanismo de ação semelhante aos

medicamentos sintéticos e apresentam a vantagem de causar menos efeitos colaterais. **CONCLUSÕES:** Diante disso, deve-se ressaltar a importância da atenção farmacêutica para orientar e monitorar o uso de tais medicamentos, o que é essencial para o uso seguro, eficaz e eficiente, prevenção e dos eventos adversos no organismo, essencialmente em indivíduos com ansiedade.

Palavras-chave: transtorno, Ansiedade, fitoterapia, ansiolíticos, alcaloide, *Passiflora*, *Valeriana*, kava-kava, camomila.

ABSTRACT

INTRODUCTION: Anxiety disorders are the most common psychiatric disorders, causing great suffering and leading to severe functional impairment. Phytotherapy is an excellent treatment alternative in anxiety disorder. **OBJECTIVE:** Compare the pharmacological profile, analyze the mechanism of action and verify the effectiveness of medicinal plants *Passiflora incarnata L*, *Valeriana Officinalis*, *Piper methysticum*, *Matricaria recutita L* and its treatment in anxiety disorder. **METHODS:** This is a systematic review. The articles were searched in the Scielo, VHL and PubMed databases. The criteria for selecting the articles will be: year of publication from 2006 to 2022, in the english and Portuguese languages, studies that describe botanically or phytochemically the selected plants and also pre-clinical and clinical trials in animals and humans. The following exclusion criteria shall be considered: articles or published studies presenting obsolete abstracts, as well as publications with title, keywords or abstract snags that are detonated from the objective of this study. **RESULTS:** Of the 1254 studies identified, 27 studies were selected for the review. And for sample results, 10 articles were listed. Phytotherapy is an excellent therapeutic alternative measure for anxiety disorders for patients who do not tolerate side effects caused by conventional medication. In addition, herbal medicines have a mechanism of action similar to synthetic drugs and have the advantage of causing fewer side effects. **CONCLUSIONS:** Therefore, it should be emphasized the importance of pharmaceutical care to guide and monitor the use of such medications, which is essential for the safe, effective and efficient use, prevention and adverse events in the body, essentially in individuals with anxiety.

Keywords: disorder, Anxiety, phytotherapy, anxiolytics, alkaloid, *Passiflora*, *Valerian*, kava-kava, chamomile.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade são os transtornos psiquiátricos mais comuns, causando grande sofrimento e levando a grave comprometimento funcional. É uma característica biológica do ser humano, porém, quando a condição se torna excessiva e persistente, pode atingir níveis patológicos, prejudicar o bem-estar e a qualidade de vida dos indivíduos acometidos, e se tornar uma doença. A ansiedade pode ser definida como um sentimento muito desagradável, vago, difuso, um sentimento de medo que acompanha várias manifestações físicas, além dos limites de uma pessoa normal. Os sintomas variam de tremores, inquietação, dores de cabeça, falta de ar, sudorese excessiva, palpitações

cardíacas, problemas gastrointestinais, irritabilidade e alterações de humor (OLIVEIRA; MARQUES; SILVA, 2020).

Atualmente, a ansiedade é considerada, por especialistas, como o mal do século. A Organização Mundial de Saúde (OMS) divulgou, em 2018 que a ansiedade, assim como a depressão, afeta mais as mulheres, tendo uma porcentagem de 7,7% (dessas 5,1% possuem ansiedade e depressão), enquanto nos homens caem para 3,6%. O Brasil é o país em primeiro lugar no mundo em casos de ansiedade chegando a 9,3% da população correspondendo a um total de 18,60 milhões de pessoas afetadas (LOUREIRO, 2012).

O tratamento convencional da ansiedade pode causar muitos efeitos colaterais, como letargia, perda de memória, diminuição da atividade motora, distúrbios gastrointestinais, etc., que podem interferir nas atividades diárias do paciente. Por isso, muitos fitoterápicos têm sido utilizados em casos leves, essencialmente com plantas medicinais em sua composição, *Passiflora incarnata L.*, *Valeriana officinalis L.*, *Piper methysticum L.*, *Matricaria recutita L.* (CARVALHO *et al.*, 2021).

A *Passiflora incarnata L.* - Pertencente à família das Passifloráceas, nome que se lhe deu por causa da semelhança que o órgão da flor tem com os instrumentos da Paixão de Cristo. É uma planta das regiões tropicais, originária da América, mas que se aclimatou bem na França. Tem a forma de cipó lenhoso, dispondo de gavinhas, sendo muito decorativa (AMARAL, 2018).

Valeriana officinalis L. é uma planta nativa da Europa, de comum aparecimento em locais úmidos e de clima temperado como florestas e margens de rios, sendo muito cultivada na Europa Central (França, Bélgica e Alemanha) e no Leste da Europa, além do Japão e Estados Unidos (BISSOLI, 2013). É uma planta da família das Valerianáceas (FARIAS *et al.*, 2021).

Piper methysticum (*kava-kava*) pertencente à família *Piperaceae*, é nativo da Oceania, em especial dos estados e das Ilhas de Papua (NASCIMENTO *et al.*, 2022). Através de estudos clínicos recentes ficou esclarecido que o *Piper methysticum* é relativamente seguro, pois, não causa dependência química e é um ansiolítico efetivo (CORRÊA *et al.*, 2022).

Matricaria recutita L. (Camomila) – Pertencente à família *Asteraceae*, é rica em compostos fenólicos, glicosídeos e óleos essenciais, que lhe conferem propriedades calmantes, antiespasmódicas, anti-inflamatórias, cicatrizantes e antimicrobianas (LIMA *et al.*, 2019). O presente artigo é relevante, visto que, a fitoterapia é uma excelente alternativa de tratamento no transtorno de ansiedade. Os fitoterápicos são medicamentos

constituídos exclusivamente de compostos vegetais, que podem auxiliar em pacientes que não toleram medicamentos farmacológicos ou seus efeitos adversos.

O objetivo do presente estudo foi comparar o perfil farmacológico, analisar o mecanismo de ação e verificar a eficácia das plantas medicinais *P. incarnata* L, *V. officinalis*, *P. methysticum*, *M. recutita* L e seu tratamento no transtorno de ansiedade.

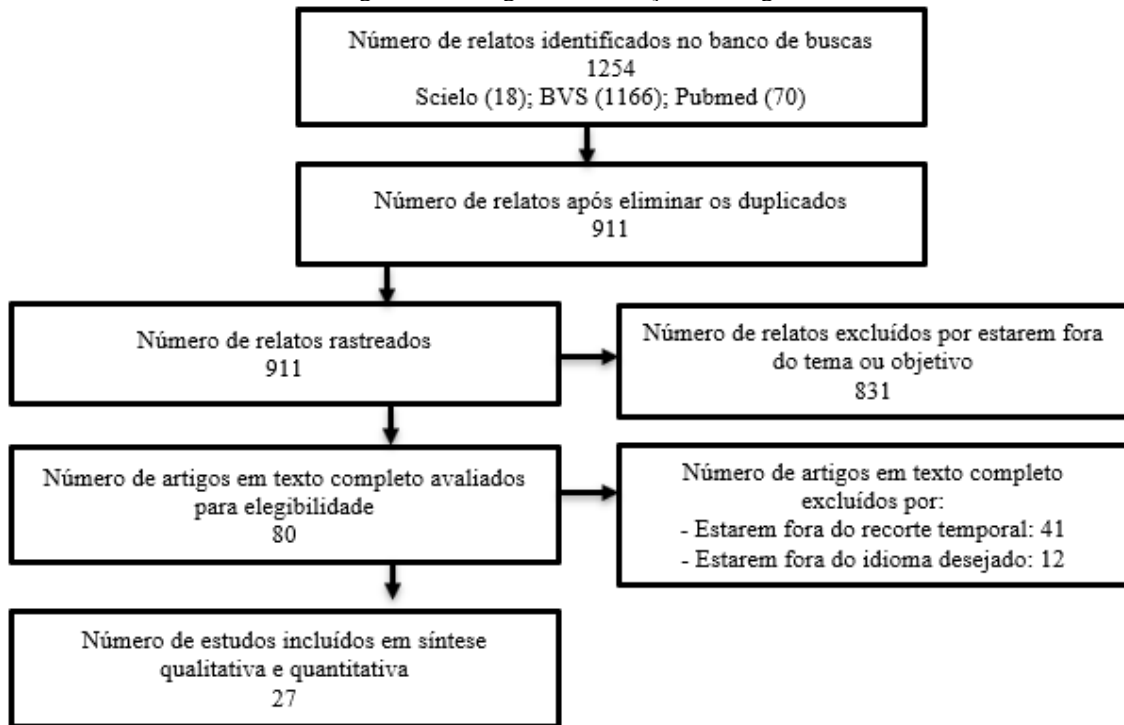
2 METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão sistemática, realizada em conformidade com o método *preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses* (Prisma). A busca dos artigos foi realizada nas bases de dados *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Biblioteca virtual em saúde (BVS) e PubMed. Foram realizadas buscas pelas palavras-chave “Fitoterapia”, “Ansiedade”, “Plantas medicinais”, “Alcaloides”, “*Valeriana officinalis*”, “*Passiflora incarnata*”, “Ansiolíticos”. Os termos de buscas e combinações foram os seguintes: Fitoterapia AND *Passiflora incarnata*, Ansiedade AND *Passiflora incarnata*, Alcaloides AND *Passiflora incarnata*, Plantas medicinais AND *Passiflora incarnata*, Ansiolíticos AND *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis* AND *Passiflora incarnata*, Fitoterapia AND *Valeriana officinalis*, Ansiedade AND *Valeriana officinalis*, Alcaloides AND *Valeriana officinalis*, Plantas medicinais AND *Valeriana officinalis*, Ansiolíticos AND *Valeriana officinalis*, Fitoterapia AND Transtorno de ansiedade AND *Passiflora incarnata* AND *Valeriana officinalis*. Os critérios para seleção dos artigos foram: ano de publicação a partir de 2006, nos idiomas de inglês e português, bem como publicações com a temática escolhida para esta revisão. Foram considerados para a revisão estudos que descrevam botânica ou fitoquimicamente as plantas selecionadas e ainda ensaios pré-clínicos e clínicos em animais e humanos e revisões sistemáticas. Os seguintes critérios de exclusão foram considerados: artigos ou estudos publicados que apresentam resumos obsoletos, bem como publicações com título, palavras-chave ou resumo destoantes do objetivo do presente estudo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dos 1254 estudos identificados, foram selecionados para a revisão 27 estudos. O fluxograma está organizado de acordo com os critérios Prisma e ilustra como os estudos foram sucessivamente excluídos (Figura 1). resumo dos principais aspectos relativos aos objetivos, resultados e conclusões dos 10 trabalhos selecionados encontra-se na Tabela 1.

Figura 1: Fluxograma de seleção de artigos.



Fonte: Elaborado pelos autores.

No quadro 1, estão demonstradas as características dos estudos incluídos nesta revisão, apresentando os seguintes itens: autores, ano de publicação, tema, base de dados, Tipo do estudo, objetivo e resultados.

Quadro 1

Autores/ Ano	Título	Tipo De Estudo	Objetivo	Conclusões
JANDA, K. et al. (2020)	Passiflora incarnata em transtornos neuropsiquiátricos - uma revisão sistemática	Revisão Sistemática	Avaliar a eficácia das preparações de Passiflora incarnata no tratamento de distúrbios neuropsiquiátricos.	De acordo com o estudo realizado, Passiflora incarnata pode ser útil no tratamento de diversos sintomas em pacientes neuropsiquiátricos, essencialmente na ansiedade.
CANELL A, C. et al. (2019)	Experiências de pacientes atribuídas ao uso de Passiflora incarnata: Um estudo qualitativo, fenomenológico.	Estudo exploratório, observacional qualitativo	Explorar as experiências dos pacientes e os valores, visões e processos interpretativos que formaram suas percepções sobre o uso de um extrato etanólico de Passiflora incarnata.	As distintas narrativas biográficas dos pacientes associadas às suas experiências específicas de tomar Passiflora incarnata fornecem uma perspectiva adicional sobre o uso de Passiflora incarnata como planta medicinal.

<p>SARRIS, J.; MCINTYRE, E.; CAMFIEL D, D. (2013).</p>	<p>Medicamentos à base de plantas para transtornos de ansiedade, parte 2: uma revisão de estudos clínicos com evidências pré-clínicas de apoio.</p>	<p>Estudo Clínico</p>	<p>Fornecer uma revisão narrativa abrangente de medicamentos à base de plantas que possuem evidências clínicas e/ou pré-clínicas de atividade ansiolítica.</p>	<p>Para várias das plantas estudadas, as conclusões precisam ser moderadas devido a questões metodológicas, como pequenos tamanhos de amostra, curtas durações de intervenção e não replicação, no entanto, atividade ansiolítica aguda foi encontrada nessas plantas.</p>
<p>LAKHAN, S.E.; VIEIRA, K.F. (2010)</p>	<p>Suplementos nutricionais e fitoterápicos para ansiedade e transtornos relacionados à ansiedade: revisão sistemática.</p>	<p>Revisão sistemática</p>	<p>Explorar evidências disponíveis para impactar psicologicamente ao tratamento com ansiolíticos naturais.</p>	<p>Com base nas evidências disponíveis, a suplementação nutricional e fitoterápica é um método eficaz para tratar a ansiedade e as condições relacionadas à ansiedade sem o risco de efeitos colaterais graves, em especial os suplementos fitoterápicos contendo extratos de maracujá ou kava e combinações de L-lisina e L-arginina.</p>
<p>FAUSTINO, T.T.; ALMEIDA, R.B.; ANDREATTINI, R. (2010).</p>	<p>Plantas medicinais para o tratamento do transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão de estudos clínicos controlados.</p>	<p>Revisão Sistemática</p>	<p>Revisar os estudos clínicos controlados sobre a efetividade de plantas medicinais/fitoterápicos no transtorno de ansiedade generalizada.</p>	<p>Apesar do potencial terapêutico das plantas medicinais no transtorno de ansiedade generalizada, poucos ensaios controlados avaliando fitoterápicos no transtorno de ansiedade generalizada foram encontrados, sendo necessário mais estudos aprofundados.</p>
<p>KINRYS.; COLEMAN.; ROTHSTEIN, (2009).</p>	<p>Remédios naturais para transtornos de ansiedade: uso potencial e aplicações clínicas.</p>	<p>Ensaio Clínico Controlado</p>	<p>Investigar o potencial papel e eficácia dos remédios naturais no tratamento dos vários transtornos de ansiedade.</p>	<p>Estudos indicaram um papel potencial dos remédios naturais no tratamento da ansiedade e sugerem que esses agentes podem possuir um perfil de efeitos colaterais mais seguro quando comparados aos agentes convencionais, no entanto, precisam ser apoiadas por mais investigações.</p>
<p>MIYASAKA, L. S.; ATALLAH, A. N.; SOARES,</p>	<p>Passiflora para transtorno de ansiedade</p>	<p>Revisão Sistemática</p>	<p>Investigar a eficácia e segurança da passiflora no tratamento de qualquer transtorno de ansiedade.</p>	<p>Apesar de promissoras a eficácia da passiflora apresenta como efeito colateral a sonolência.</p>

B. G. (2007)				
FONSECA, L.R. da et al. (2020)	Medicamentos à base de plantas da <i>Passiflora</i> para ansiedade: um potencial inexplorado	Estudo Clínico Exploratório	Avaliar as principais espécies do gênero <i>Passiflora</i> com atividade ansiolítica e seus principais metabólitos	A <i>Passiflora Incarnata</i> apresenta benefícios para tratamento da ansiedade. Todavia é necessário realizar mais estudos para validar o mecanismo de ação e uso medicinal.
MIYASAKA, L. S.; ATALLA, H. A. N.; SOARES, B. G. (2006)	Valeriana para transtornos de ansiedade	Estudo Clínico Controlado	Investigar eficácia e segurança da valeriana no tratamento de transtornos de ansiedade.	O estudo realizado foi um estudo piloto de 4 semanas de valeriana, diazepam e placebo, devido poucos estudos disponíveis, não há evidências suficientes para tirar conclusões sobre a eficácia ou segurança da valeriana em comparação com placebo ou diazepam para transtornos de ansiedade, mas estudos se fazem necessários.
BEKCIER, A. et al. (2014).	Os efeitos ansiolíticos de um extrato de valeriana são baseados em ácido valerênico.	Estudo Pré Clínico Observacional	Investigar se o ácido acetoxivalerênico pode interferir na ação ansiolítica do ácido valerênico.	O extrato de valeriana é empregado para tratamento da ansiedade que modulam alostericamente os receptores GABA-A e induzem uma atividade ansiolítica.

Fonte: Elaborado pelas autoras, 2022.

As plantas medicinais possuem um importante papel na saúde mundial, visto que, mesmo com os avanços na medicina moderna, elas continuam sendo muito utilizadas, estimando-se que cerca de 25 a 30% de toda as drogas avaliadas como agentes terapêuticos derivam de produtos naturais. Entre os primeiros na linha de drogas muito usadas nos últimos quarenta e cinco anos no tratamento de diversas formas de ansiedade estão os medicamentos benzodiazepínicos que, apesar de apresentarem muitos benefícios bem descritos e caracterizados, possuem efeitos colaterais definidos como sedação, amnésia, relaxamento muscular e dependência física. Por conta desses efeitos, 43% dos pacientes com transtorno de ansiedade fazem uso de alguma terapia complementar e, devido a isso, muitas empresas farmacêuticas estão promovendo pesquisas no intuito de encontrar alternativas que apresentem ação ansiolítica mais seletiva como, por exemplo, o tratamento com plantas medicinais (SOUZA *et al*, 2017).

De acordo com as normas sanitárias brasileiras, o fitoterápico é um medicamento obtido apenas com matérias-primas vegetais ativas. Caracteriza-se pela compreensão da eficácia e dos riscos de seu uso, bem como pela repetibilidade e consistência de sua qualidade. A fitoterapia sempre teve uma participação significativa no mercado farmacêutico (BISSOLI, 2013.).

Dessa maneira, a fitoterapia é uma excelente medida alternativa terapêutica para transtornos de ansiedade para pacientes que não toleram os efeitos colaterais causados pela medicação convencional. Além disso, os fitoterápicos possuem mecanismo de ação semelhante aos medicamentos sintéticos e apresentam a vantagem de causar menos efeitos colaterais. No entanto, deve ser usado com cautela, pois os medicamentos fitoterápicos podem ter efeitos colaterais e interações medicamentosas como qualquer medicamento (BISSOLI, 2013).

Nesse prisma, existem diversas pesquisas no campo da psicofarmacologia fitoterápica que revelaram uma variedade de medicamentos promissoras que podem ser benéficas no tratamento de transtornos de ansiedade gerais e específicos a base de plantas (SARRIS; MCINTYRE; CAMFIELD, 2013).

A *P. incarnata* L tem grande utilidade no tratamento da ansiedade devido às suas propriedades ansiolíticas e atua como um depressor não específico do sistema nervoso central. Pode ser usado como componente de alcalóides de maracujá, flavonóides, glicosídeos cianogênicos, frações esteróides e saponinas. O mecanismo de ação seria a inibição de monoamina oxidase, e a inclusão para ativação de receptores de ácido gama-aminobutírico (GABA) estão envolvidos. Dessa forma este efeito inibitório estabeleceria os níveis normais de testosterona, causadores de ansiedade e insônia todos estão relacionados com o GABA. (LOPES *et al.*, 2017). No que concerne a farmacologia da *P. incarnata* o extrato tem efeitos ansiolíticos no sistema nervoso central, ajuda a reduzir a ansiedade, o nervosismo e a agitação, o que se reflete na melhora da qualidade do descanso (SANTOS; VIERIRA, 2021).

A *V. officinalis* é muito eficaz no tratamento de ansiedade, angústia, insônia leve, desequilíbrios leves do sistema nervoso. Por ter menos contraindicações, foi uma das primeiras plantas a serem usadas para ansiedade (FARIAS *et al.*, 2021). O mecanismo de ação é por meio da ação neural do ácido valerênico que envolve os sistemas GABA do cérebro e, em menor grau, o sistema serotoninérgico. Esta ação é semelhante ao benzodiazepínicos, estimulando os receptores GABA e ampliando os canais de cloreto desenvolvendo o equilíbrio e autonomia fisiológica (MURPHY *et al.*, 2010). A ação

farmacológica do óleo da *V. officinalis* tem um mecanismo de ação que modula os receptores GABA, produzindo efeitos sedativos moderados, controlando a ansiedade, melhorando a insônia e o humor. (SANTI; ESQUIVI, 2021).

Os fitoterápicos contendo extratos ou pós de raiz e rizomas de *P. methysticum* são amplamente utilizados em todo o mundo para o tratamento da ansiedade. O mecanismo de ação remete ao aumento dos sítios de ligação (modulação) do receptor GABA efetuando assim uma redução profunda nas descargas neuronais (NETO *et al.*, 2022). Farmacologia do *P. methysticum* a partir do extrato seco, encontra-se os princípios ativos como cavapironas e flavonoides, a ação simultânea dessas substâncias proporciona redução de estresse, relaxamento muscular, principalmente na ansiedade. A *M. Recutita* L., popularmente conhecida como camomila, é uma erva medicinal que é rica em terpenos que atribuem a planta, além da ação calmante, a ação anti-inflamatória e antioxidante. As propriedades farmacológicas da *M. recutita* ainda são muito poucas, todavia, nos estudos disponibilizados a utilização da planta como um substituinte promissor aos benzodiazepínicos (BZDs), devido a relação de alta afinidade entre os medicamentos e o sítio ativo de subunidades neurológicas receptoras de GABA e ácido glutâmico (GLU), que inibem os principais sintomas das crises de ansiedade. Além disso a planta possui inúmeros metabólitos, todavia, possui efeitos farmacológicos rico em flavonoides concedendo a planta sua atividade tranquilizante e tranquilizante essencial nos sintomas de ansiedades (ROCHA *et al.*, 2022).

O *P. methysticum* é o fitoterápico que detêm uma maior evidência do efeito ansiolítico, entretanto, os estudos sobre os efeitos ainda são escassos em pacientes que apresentam ansiedade. A *M. recutita*, aparentemente com expressivo significado clínico atualmente empregadas no transtorno de ansiedade tem uma maior aceitação da população. Os resultados com *P. incarnata* também afirma um possível efeito ansiolítico e os da *V. officinalis* são menos conclusivos sobre os efeitos na ansiedade (FAUSTINO; ALMEIDA, 2010). Os principais efeitos colaterais fitoterápicos usados para transtornos de ansiedade são sonolência, perda de memória, diminuição da atividade psicomotora, etc. Esses efeitos colaterais são mais comuns com doses normais e, em idosos, a presença desses efeitos colaterais requer mais atenção, pois devido à sua mais suscetível a alterações fisiológicas (CARVALHO *et al.*, 2021).

Todavia, existe um desconhecimento ou a deturpação do conhecimento sobre o uso de plantas e ervas medicinais, ocorre não apenas entre os profissionais de saúde e gestores, mas também entre os usuários. Apesar do amplo uso de plantas medicinais e da

extensão do conhecimento da ciência popular, a compreensão das pessoas sobre plantas medicinais é repleta de imprecisões do ponto de vista individual (LOPES et al., 2017).

O risco de intoxicação pelo uso do fitoterápicos não deve ser dispensado, portanto, a dose deve ser avaliada de acordo com o medicamento utilizado para cada tratamento. Cabe destacar que os profissionais de farmácia devem garantir a necessária segurança, eficácia e qualidade dos medicamentos, pois mesmo que as plantas e ervas medicinais tragam benefícios, elas podem ter efeitos colaterais prejudiciais à saúde. A atuação do profissional farmacêutico é de extrema importância na fitoterapia devido ao seu compromisso com o uso racional de plantas e ervas medicinais. Ele é responsável por informar a dosagem correta, horário adequado de aplicação, método de preparo, local de utilização de cada planta, interações da planta com drogas sintéticas ingeridas, toxicidade e outras questões que possam ser importantes para o sucesso do tratamento (SANTOS, 2021; VIEIRA, 2021).

4 CONCLUSÃO

O presente estudo possibilitou observar com o número crescente de pessoas que sofrem de transtornos de ansiedade. Nessas perspectivas, o uso de fitoterápicos é uma excelente opção para o tratamento de ansiedade, principalmente para pacientes que não toleram a medicação convencional. As Plantas e ervas medicinais possuem mecanismos de ação semelhantes aos medicamentos sintéticos utilizados no tratamento da ansiedade e são benéficos por proporcionar segurança e eficácia aos seus usuários. Nesta revisão, observamos plantas medicinais como *P. incarnata L.*, *V. officinalis*, *P. methysticum* e *M. recutita L.* são as espécies investigadas no estudo.

Portanto, que há um foco crescente no uso de produtos naturais e fitoterápicos como recursos terapêuticos na ansiedade. Diante disso, deve-se ressaltar a importância da atenção farmacêutica para orientar e monitorar o uso de tais medicamentos, o que é essencial para o uso seguro, eficaz e eficiente, prevenção e dos eventos adversos no organismo, essencialmente em indivíduos com ansiedade.

REFERÊNCIAS

AMARAL, Juliano Geraldo. *Passiflora L. (Passifloraceae): estudos fitoquímicos suportados no desenvolvimento de estratégias de cromatografia líquida acoplada à espectrometria de massas*. 2018. Dissertação (Doutorado em Ciências) - Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2018.

BECKER, Axel et al. Os efeitos ansiolíticos de um extrato de valeriana são baseados em ácido valerênico. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, P.1-5, 2014,

BISSOLI, Jaqueline Ribeiro. *Aspectos químicos e farmacológicos do medicamento fitoterápico. Valeriana officinalis L.* 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em Farmácia) - Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes, 2013.

CANELLA, Claudia et al. Patients' experiences attributed to the use of *Passiflora incarnata*: A qualitative, phenomenological study. *Journal of ethnopharmacology*, v. 231, p. 295-301, 2019.

CARVALHO, Luzia Gomes et al. Principais fitoterápicos e demais medicamentos utilizados no tratamento de ansiedade e depressão. *Revista de Casos e Consultoria*, v. 12, n. 1, p. e25178-e25178, 2021.

FARIAS, Wanderson Santos et al. O conhecimento dos profissionais de saúde a respeito da indicação do fitoterápico *Valeriana officinalis L.* em pacientes com ansiedade. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 11, p. 108904-108916, 2021.

FAUSTINO, Thalita Thais; ALMEIDA, Rodrigo Batista de; ANDREATINI, Roberto. Plantas medicinais no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão dos estudos clínicos controlados. *Brazilian Journal of Psychiatry*, v. 32, p. 429-436, 2010.

FIGUEREDO, Climério Avelino de et al. A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios. *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, v. 24, p. 381-400, 2014.

FONSECA, Lyca R. da et al. Herbal medicinal products from *Passiflora* for anxiety: An unexploited potential. *The Scientific World Journal*, v. 2020, 2020.

JANDA, Katarzyna et al. *Passiflora incarnata* in Neuropsychiatric Disorders—A Systematic Review. *Nutrients*, v. 12, n. 12, p. 3894, 2020.

KINRYS, Gustavo; COLEMAN, Eliza; ROTHSTEIN, Ethan. Natural remedies for anxiety disorders: potential use and clinical applications. *Depression and anxiety*, v. 26, n. 3, p. 259-265, 2009.

LAKHAN, Shaheen E.; VIEIRA, Karen F. Nutritional and herbal supplements for anxiety and anxiety-related disorders: systematic review. *Nutrition journal*, v. 9, n. 1, p. 1-14, 2010.

LIMA, Susana Silva et al. Aspectos farmacológicos da Matricaria Recutita (camomila) no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada e sintomas depressivos. **Visão Acadêmica**, v. 20, n. 2, 2019.

LOPES, Mayke Willian et al. Utilização de passiflora incarnata no tratamento da ansiedade. **Uningá Review**, v. 29, n. 2, 2017.

LOUREIRO, Luís et al. Reconhecimento da depressão e crenças sobre procura de ajuda em jovens Portugueses. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 7, n. 7, p. 13-17, 2012.

MIYASAKA, L. S.; ATALLAH, A. N.; SOARES, B. G. Passiflora para transtorno de ansiedade. **Cochrane database of systematic reviews**, v. 1, 2007.

MIYASAKA, L. S.; ATALLAH, A. N.; SOARES, B. G. Valeriana para transtornos de ansiedade (Revisão). **Cochrane database of systematic reviews**, v. 4, 2006.

MURPHY, Kevin et al. Valeriana officinalis root extracts have potent anxiolytic effects in laboratory rats. **Phytomedicine**, v. 17, n. 8-9, p. 674-678, 2010.

NASCIMENTO, Ednaldo Vieira et al. Ocorrências e usos da Família Piperaceae, em especial no Estado do Ceará: Revisão e nova identificação geográfica Occurrences and uses of the Piperaceae Family, especially in Ceará state: Review and new geographical identification. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 1, p. 183-205, 2022.

NETTO, Antônio de Araújo Tavares et al. O Piper Methysticum G. Forster, Conhecido popularmente como kava-kava, na luta contra ansiedade. **Brazilian Journal of Case Reports**, v. 2, n. Suppl. 3, p. 655-660, 2022.

OLIVEIRA, Karolayne Mirely Andrade; MARQUES, Tamara Cotrim; SILVA, Carla Doralice Alves. Cuidados de enfermagem frente ao transtorno de ansiedade. **Hígia-Revista de Ciências da Saúde e Sociais Aplicadas do Oeste Baiano**, v. 5, n. 1, 2020.

ROCHA, Natasha Alves et al. Uma revisão bibliográfica sobre a utilização da Camomila (Matricaria recutita L.) no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 5, p. e56811528680-e56811528680, 2022.

SANTI, Renata Ferreira; ESQUIVI, Eli César. O uso da valeriana officinalis no tratamento de transtornos de ansiedade. **Revista Científica**, v. 1, n. 1, 2021.

SANTOS, Adrianna Fernandes dos; VIEIRA, Tatiana Reis. **Passiflora incarnata no controle de ansiedade**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharel em farmácia) - Universidade de Uberaba, Uberaba, 2021.

SANTOS, Raiana et al. Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 52060-52074, 2021.

SARRIS, Jerome; MCINTYRE, Erica; CAMFIELD, David A. Plant-based medicines for anxiety disorders, part 2: a review of clinical studies with supporting preclinical evidence. **CNS drugs**, v. 27, n. 4, p. 301-319, 2013.

SOUZA, Luís Paulo et al. Práticas Integrativas e Complementares no cuidado à saúde mental e aos usuários de drogas. ID on line. **Revista de psicologia**, v. 11, n. 38, p. 177-198, 2017.