

## Potencial ansiolítico de fitoterápicos no tratamento de distúrbios psiquiátricos

### Anxiolytic potential of phytotherapics in the treatment of psychiatric disorders

DOI:10.34119/bjhrv7n1-280

Recebimento dos originais: 22/12/2023

Aceitação para publicação: 15/01/2024

#### **Aline Soares de Santana Dutra**

Graduada em Ciências Biológicas

Instituição: Universidade Federal Rural de Pernambuco

Endereço: R. Dom Manuel de Medeiros, s/n, Dois Irmãos, Recife - PE, CEP: 52171-900

E-mail: alinesantanabiologa@gmail.com

#### **Rafael Filipe Ferreira Dutra**

Graduado em Radiologia

Instituição de atuação atual: Universidade Tiradentes (UNIT)

Endereço: Av. Mal. Mascarenhas de Moraes, 3905, Imbiribeira, Recife - PE, CEP: 51150-003

E-mail: dutra850326@gmail.com

#### **Kleberon de Oliveira**

Mestre em Biotecnologia

Instituição: Instituto de saúde e Biotecnologia (UFAM)

Endereço: Estrada Coari/Mamiá, 305, Espírito Santo, Coari - AM, CEP: 69460-000

E-mail: kleberon.crbm@gmail.com

#### **Ednei Pereira Parente**

Mestre em Educação Profissional e Tecnológica

Instituição: Universidade do Estado do Amazonas (UEA)

Endereço: Av. Bl. Vinte e três, 4-40, Platô do Piquiá, Boca do Acre - AM, CEP: 69850-000

E-mail: edmestradoept@gmail.com

#### **Danilo Farias de Moraes**

Mestre em Biotecnologia e Inovação em Saúde

Instituição de atuação atual: Universidade Anhanguera de São Paulo (UNIAN – SP)

Endereço: R. Comendador Joaquim Monteiro, 42, Santana, São Paulo - SP, CEP: 02013-030

E-mail: danilofariasdemorais@gmail.com

#### **Cleuton Maximino de Figueiredo**

Graduando em Enfermagem

Instituição: Universidade Paulista (UNIP)

Endereço: R. Gonçalves Ledo, Centro, Coari – AM, CEP: 69460-000

E-mail: ccleutonfig2017@gmail.com

**Régis Enéias Bedin da Silveira**

Graduando em Medicina

Instituição: Sudamericana

Endereço: Carlos Antonio López esq. Fernando de la Mora, Salto del Guairá, Paraguai

E-mail: rbsiregis@gmail.com

**Aldeone Oliveira Laranjeira**

Graduando em Farmácia

Instituição: Centro Universitário Unibta

Endereço: R. Afonso Sardinha, 201, Lapa, São Paulo - SP, CEP: 05076-000

E-mail: ald\_oliveira@hotmail.com

**RESUMO**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) relata que mais de 350 milhões de pessoas enfrentam depressão globalmente, sendo pelo menos 5% da população diagnosticada com o distúrbio. A depressão cresceu 18,4% globalmente de 2005 a 2015, com prevalência de 4,4% mundial e 5,8% no Brasil. Ansiedade e depressão são comuns, podendo indicar transtornos psiquiátricos que demandam tratamento. Fitoterápicos têm surgido como alternativa aos medicamentos alopáticos, oferecendo menor incidência de efeitos colaterais e custos mais acessíveis. Estudos destacam o potencial ansiolítico de plantas como camomila, erva-cidreira e mulungu, enquanto extratos de *Passiflora incarnata* demonstram efeitos ansiolíticos significativos. O estudo busca analisar abrangentemente a literatura sobre fitoterápicos no tratamento de distúrbios psiquiátricos. A pesquisa consistiu em uma revisão bibliográfica narrativa que analisou a literatura publicada sobre o uso de plantas medicinais no tratamento de distúrbios psiquiátricos. Para a busca, foram utilizados os bancos de dados Scielo, Pubmed e LILACS, com descritores como plantas medicinais, fitoterapia, psiquiátrico e TAG, incluindo termos correspondentes em inglês. A análise abrangeu artigos de 2016 a 2022, totalizando 24 artigos incluídos no estudo. Os estudos oferecem uma visão abrangente das propriedades medicinais de várias plantas, evidenciando seu potencial terapêutico em condições relacionadas à ansiedade, depressão e estresse. A abordagem integrativa, que explora os recursos da natureza, contribui para ampliar as opções terapêuticas disponíveis na área de saúde mental. As observações enfatizam a diversidade de plantas medicinais e suas possíveis aplicações como agentes ansiolíticos, antidepressivos e sedativos. Contudo, é crucial considerar que a eficácia e segurança dessas plantas podem variar, destacando a necessidade de mais pesquisas para uma compreensão completa de seus benefícios terapêuticos.

**Palavras-chave:** fitoterápicos, ansiedade, depressão, insônia.

**ABSTRACT**

The World Health Organization (WHO) reports that over 350 million people globally face depression, with at least 5% of the population diagnosed with the disorder. Depression increased by 18.4% worldwide from 2005 to 2015, with a prevalence of 4.4% globally and 5.8% in Brazil. Anxiety and depression are common, potentially indicating psychiatric disorders requiring treatment. Phytotherapies have emerged as an alternative to allopathic medications, offering lower incidence of side effects and more affordable costs. Studies highlight the anxiolytic potential of plants like chamomile, lemon balm, and mulungu, while *Passiflora incarnata* extracts demonstrate significant anxiolytic effects. The study aims to comprehensively analyze literature on phytotherapies in treating psychiatric disorders. The research involved a narrative literature review analyzing publications on the use of medicinal plants in treating psychiatric disorders. Databases such as Scielo, Pubmed, and LILACS were

utilized, with descriptors including medicinal plants, phytotherapy, psychiatric, and GAD, along with corresponding English terms. The analysis covered articles from 2016 to 2022, with a total of 24 articles included in the study. The studies provide a comprehensive view of the medicinal properties of various plants, highlighting their therapeutic potential for conditions related to anxiety, depression, and stress. The integrative approach, exploring nature's resources, contributes to diversifying therapeutic options in mental health. Observations emphasize the diversity of medicinal plants and their potential applications as anxiolytic, antidepressant, and sedative agents. However, it is crucial to consider that the efficacy and safety of these plants may vary, underscoring the need for further research to fully understand their therapeutic benefits.

**Keywords:** phytotherapies, anxiety, depression, insomnia.

## 1 INTRODUÇÃO

Segundo a OMS, mais de 350 milhões de pessoas enfrentam depressão globalmente, com pelo menos 5% da população em comunidade diagnosticada com o distúrbio, que se manifesta por meio de sintomas como tristeza, perda de interesse, falta de prazer, variações emocionais, distúrbios do sono, alterações no apetite, fadiga e dificuldade de concentração (FIOCRUZ, 2017). Segundo a OMS (2005-2015), a depressão global cresceu 18,4%, com prevalência de 4,4% mundial e 5,8% no Brasil. Ansiedade e depressão são experiências comuns, podendo refletir respostas normais ao cotidiano ou, em alguns casos, indicar transtornos psiquiátricos que demandam tratamento específico (Souza e Lacerda, 2013).

Os medicamentos alopáticos são comumente preferidos pelos profissionais de saúde mental no tratamento de diversos distúrbios, apesar dos efeitos colaterais como sono, sedação, letargia e dependência física, além dos custos elevados associados. Uma tendência emergente é a crescente utilização de fitoterápicos para abordagens similares, apresentando menor incidência de efeitos colaterais e uma opção mais acessível economicamente, prometendo ser uma alternativa vantajosa no tratamento desses distúrbios (Silva e Silva, 2018).

Estudos investigaram plantas para distúrbios do sono, evidenciando que extratos de camomila têm propriedades benzodiazepínicas, a valeriana (*Valeriana officinalis*) e o maracujá (*Passiflora incarnata*) elevam os níveis de GABA, induzindo relaxamento no sistema nervoso, o kava-kava (*Piper methysticum*) potencializa o sono, e a melissa exibe atividades comparáveis às de fármacos que interagem com receptores muscarínicos e nicotínicos no sistema nervoso central humano (Soares Neto, 2009; Veloso et al., 2008). Estudos revelaram que o extrato de *Passiflora incarnata* tem demonstrado efeitos ansiolíticos significativos em estudos clínicos, oferecendo uma alternativa promissora aos tratamentos convencionais (Santos et al., 2022).

Outras pesquisas recentes indicam que, no tratamento da ansiedade, diversas plantas

medicinais e fitoterápicos apresentam potencial ansiolítica, destacando entre elas, a camomila (*Matricaria recutita*), erva-cidreira (*Melissa officinalis*) e mulungu (*Erythrina mulungu*), todos respaldados por um amplo número de estudos envolvendo pacientes com transtorno de ansiedade generalizada (TAG) (MAINGREDY et al., 2016). Diante disso, o propósito deste estudo é realizar uma análise abrangente da literatura específica sobre os principais fitoterápicos empregados no tratamento de distúrbios psiquiátricos.

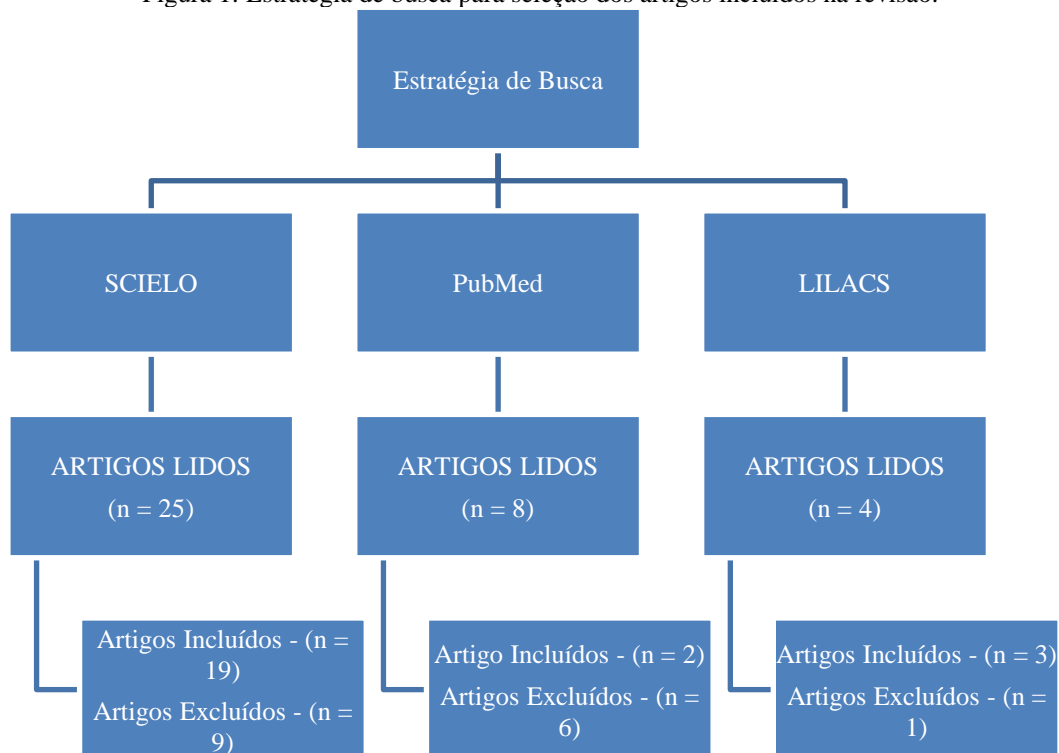
## 2 METODOLOGIA

A pesquisa consistiu numa revisão bibliográfica do tipo narrativa, uma vez que foi feita uma análise da literatura publicada sobre plantas medicinais utilizadas no tratamento de distúrbios psiquiátricos. Para constituir as buscas foram utilizados os seguintes bancos de dados: Scielo (*Scientific Electronic Library Online*), Pubmed (*U. S. National Library of Medicine*) e LILACS (*Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde*).

Foram utilizados os seguintes descritores: plantas medicinais, fitoterapia, psiquiátrico, TAG, além dos termos correspondentes em inglês.

Os artigos pesquisados foram desde 2016 até 2022, dando um total de 24 artigos usados para no estudo.

Figura 1: Estratégia de busca para seleção dos artigos incluídos na revisão.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2024.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Foram identificadas 39 espécies distintas de plantas, as quais são empregadas no controle de transtornos psicológicos, conforme detalhado na Tabela 1.

Tabela 1: Relação do nome científico e nome popular das espécies de plantas.

Nome científico	Nome popular
1. <i>Acantholippia deserticola</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
2. <i>Actaea racemosa</i>	Cimicífuga
3. <i>Allium sativum L.</i>	Alho
4. <i>Aloysia polystachya (Griseb.) Moldenke</i>	Alfazema-brava
5. <i>Aspalathus linearis</i>	Rooibos
6. <i>Brickellia cavanillesii</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
7. <i>Cannabis sativa</i>	Maconha (Cânhamo)
8. <i>Citrus aurantium</i>	Laranja-amarga
9. <i>Citrus bergamia</i>	Bergamota
10. <i>Copaifera langsdorffii</i>	Copaíba
11. <i>Curcuma longa</i>	Açafrão-da-terra ou Cúrcuma
12. <i>Cymbopogon citratus</i>	Capim-limão
13. <i>Ducrosia anethifolia</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
14. <i>Erythrina velutina Willd.</i>	Mulungu
15. <i>Feuillea trilobata L.</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
16. <i>Galphimia glauca</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
17. <i>Ginkgo biloba</i>	Ginkgo-biloba
18. <i>Hydrocotyle umbellata L.</i>	Centela-asiática
19. <i>Hypericum perforatum L.</i>	Erva-de-São-João
20. <i>Lavandula angustifolia L.</i>	Lavanda
21. <i>Lippia graveolens</i>	Cidreira
22. <i>Lycium barbarum L.</i>	Goji-berry
23. <i>Matricaria chamomilla L.</i>	Camomila
24. <i>Matricaria recutita</i>	Camomila
25. <i>Maytenus aquifolium</i>	Espinheira-santa
26. <i>Melissa officinalis</i>	Melissa ou Erva-cidreira
27. <i>Passiflora alata Dryand</i>	Maracujá-alado
28. <i>Passiflora edulis</i>	Maracujá
29. <i>Passiflora incarnata L.</i>	Flor-de-maracujá
30. <i>Pelargonium graveolens</i>	Gerânio
31. <i>Piper methysticum</i>	Kava-kava
32. <i>Plumbago scandens L.</i>	Jasmim-manga
33. <i>Rehmanniae Radix</i>	Não possui um nome popular comum conhecido
34. <i>Rhodiola rosea L.</i>	Rhodiola ou Raiz de Ouro
35. <i>Rosa centifolia</i>	Rosa-centifolia
36. <i>Rosa damascena</i>	Rosa-damascena
37. <i>Schisandrae Fructus</i>	Schisandra (Fruto)
38. <i>Thymus vulgaris</i>	Tomilho
39. <i>Valeriana officinalis</i>	Valeriana

Fonte: Elaborada pelo autores, 2024.

Durante a análise, foi possível identificar um total de 25 famílias, conforme evidenciado na Tabela 2.

Tabela 2: Relação de famílias e espécies.

<b>Família</b>	<b>Espécies</b>
1. Amaryllidaceae	- <i>Allium sativum</i> L.
2. Apiaceae	- <i>Ducrosia anethifolia</i>
3. Araliaceae	- <i>Hydrocotyle umbellata</i> L.
4. Asteraceae	- <i>Brickellia cavanillesii</i> - <i>Matricaria chamomilla</i> L. - <i>Matricaria recutita</i>
5. Cannabaceae	- <i>Cannabis sativa</i>
6. Caprifoliaceae	- <i>Valeriana officinalis</i>
7. Celastraceae	- <i>Maytenus aquifolium</i>
8. Crassulaceae	- <i>Rhodiola rosea</i> L.
9. Fabaceae	- <i>Aspalathus linearis</i> - <i>Copaifera langsdorffii</i> - <i>Erythrina velutina</i> Willd.
10. Geraniaceae	- <i>Pelargonium graveolens</i>
11. Ginkgoaceae	- <i>Ginkgo biloba</i>
12. Hypericaceae	- <i>Hypericum perforatum</i> L.
13. Lamiaceae	- <i>Acantholippia deserticola</i> - <i>Lavandula angustifolia</i> L. - <i>Melissa officinalis</i>
14. Malpighiaceae	- <i>Galphimia glauca</i>
15. Orobanchaceae	- <i>Rehmanniae Radix</i>
16. Passifloraceae	- <i>Passiflora alata</i> Dryand - <i>Passiflora edulis</i> - <i>Passiflora incarnata</i> L.
17. Piperaceae	- <i>Piper methysticum</i>
18. Plumbaginaceae	- <i>Plumbago scandens</i> L.
19. Poaceae	- <i>Cymbopogon citratus</i>
20. Rosaceae	- <i>Rosa centifolia</i> - <i>Rosa damascena</i>
21. Ranunculaceae	- <i>Actaea racemosa</i>
22. Rutaceae	- <i>Citrus aurantium</i> - <i>Citrus bergamia</i>
23. Schisandraceae	- <i>Schisandrae Fructus</i>
24. Solanaceae	- <i>Lycium barbarum</i> L.
25. Verbenaceae	- <i>Aloysia polystachya</i> (Griseb.) Moldenke - <i>Lippia graveolens</i>

Fonte: Elaborada pelo autores, 2024.

Os estudos abordados fornecem uma ampla visão sobre as propriedades ansiolíticas, antidepressivas, sedativas e calmantes de diferentes espécies vegetais. Cada pesquisa destaca as características específicas das plantas e seus potenciais

efeitos no tratamento de distúrbios psicológicos.

Tabela 3: Relação de plantas, efeitos fitoterápicos e autores.

<b>Fitoterápico</b>	<b>Efeito Fitoterápico</b>	<b>Autores, ano</b>
<i>Matricaria recutita</i>	Ansiolítico e Antidepressivo	Silva Lima et al. (2019)
<i>Hypericum perforatum</i> Lineause e <i>Piper methysticum</i>	Ansiolítico e Antidepressivo	Borges et al. (2019)
<i>Hypericum perforatum</i> L. e <i>Passiflora incarnata</i> L.	Antidepressivo	Reis et al. (2017)
<i>Lavandula angustifolia</i> L.	Sedativo	Alves e Lima, (2018)
<i>Brickellia cavanillesii</i>	Ansiolítico	Ávila-Villarreal et al. (2016)
<i>Valeriana officinalis</i> , <i>Passiflora edulis</i> , <i>Piper methysticum</i> , <i>Melissa officinalis</i> .	Ansiolíticos e Sedativos	Borrás et al., 2021
<i>Citrus aurantium</i> e <i>Passiflora alata</i> Dryand	Sedativos	Bortoluzzi et al. (2019)
<i>Piper methysticum</i> , <i>Valeriana officinalis</i> , <i>Melissa officinalis</i> , <i>Aspalathus linearis</i>	Ansiolíticos, Calmantes e Sedativos	Gołyszny & Obuchowicz, (2018)
<i>Lippia graveolens</i>	Sedativo	González-Trujano et al. (2017)
<i>Thymus vulgaris</i>	Ansiolítico	Komaki et al. (2016)
<i>Ginkgo biloba</i>	Ansiolítico, Antipsicótico e Sedativo.	Kumar Singh et al. (2017)
<i>Schisandrae Fructus</i> , <i>Rehmanniae Radix</i>	Ansiolíticos e Calmantes	Kwon et al. (2019)
<i>Lavandula angustifolia</i> , <i>Pelargonium graveolens</i> e <i>Citrus bergamia</i>	Sedativos e Antidepressivos	Lima et al. (2021)
<i>Hydrocotyle umbellata</i> L	Ansiolítico	Oliveira et al. (2022)
<i>Valerina officinalis</i> L	Ansiolítico e Calmante	Orhan, (2021)
<i>Aloysia polystachya</i> (Griseb.) Moldenke	Ansiolítico e Sedativo	Pereira et al. (2020)
<i>Piper methysticum</i> , <i>Passiflora spp</i> e <i>Galphimia glauca</i>	Ansiolíticos e Calmantes	Sarris, J. (2018)
<i>Matricaria chamomilla</i> L	Ansiolítico e Sedativo	GARCÍA e SOLÍS, (2016)
<i>Melissa officinalis</i>	Ansiolítico e Sedativo	Soltanpour et al. (2019)
<i>Cymbopogon citratus</i>	Ansiolítico	Wedler, (2017)
<i>Actaea racemosa</i> , <i>Matricaria chamomilla</i> , <i>Lavandula</i> , <i>passiflora</i> , <i>Curcuma longa</i>	Ansiolíticos, Calmantes e Sedativos	Yeung et al. (2018)
<i>Copaifera langsdorffii</i> , <i>Acantholippia deserticola</i> , <i>Rosa centifolia</i> , <i>Rosa damascena</i> , <i>Ducrosia anethifolia</i>	Ansiolíticos	Zhang e Yao (2019)
<i>Rhodiola rosea</i> L.	Antidepressivo	MARQUES et al. (2021)
<i>Maytenus aquifolium</i> <i>Mart.</i> , <i>Erythrina velutina</i> Willd., <i>Feuillea Trilobata</i> . L., <i>Feuillea Trilobata</i> . L., <i>Allium sativum</i> L., <i>Plumbago scandens</i> L., <i>Lycium barbarum</i> L.	Ansiolíticos e Antidepressivos	Oliveira et al. (2022)

<i>Passiflora Incarnata e Valeriana Officinalis</i>	Ansiolíticos e Sedativo	Passolato et al.(2021)
<i>Cannabis sativa</i>	Ansiolítico e Antidepressivo	Fernandes et al. (2023)

Fonte: Elaborada pelos autores, 2024.

O estudo conduzido por Lima et al. (2019) destaca que a *Matricaria recutita* apresenta potencial como agente ansiolítico e antidepressivo. Borges et al. (2019) investigaram *Hypericum perforatum* Lineause e *Piper methysticum*, constatando que essas plantas possuem propriedades ansiolíticas e antidepressivas.

Já o estudo de Reis et al. (2017) abordou *Hypericum perforatum* L. e *Passiflora incarnata* L., sugerindo que essas plantas estão associadas ao tratamento da depressão. A pesquisa ressalta a diversidade de abordagens naturais que podem ser exploradas no contexto da saúde mental. *Lavandula angustifolia* L., conforme indicado por Alves e Lima (2018), demonstrou propriedades sedativas. Essa característica destaca a lavanda como uma opção natural para promover o relaxamento e o alívio do estresse. Ávila-Villarreal et al. (2016) investigaram *Brickellia cavanillesii*, revelando propriedades ansiolíticas. Essa pesquisa contribui para o conhecimento sobre as potenciais fontes naturais de substâncias com efeitos ansiolíticos.

O estudo conduzido por Borrás et al. (2021) abrangeu *Valeriana officinalis*, *Passiflora edulis*, *Piper methysticum* e *Melissa officinalis*, destacando suas propriedades ansiolíticas e sedativas. Bortoluzzi et al. (2019) investigaram *Citrus aurantium* e *Passiflora alata* Dryand, constatando efeitos sedativos. Gołyszny M. J & Obuchowicz E. (2018) abordaram *Piper methysticum*, *Valeriana officinalis*, *Melissa officinalis* e *Aspalathus linearis*, constatando propriedades ansiolíticas, calmantes e sedativas. González-Trujano et al. (2017) investigaram *Lippia graveolens*, identificando suas propriedades sedativas.

*Thymus vulgaris*, conforme estudado por Komaki et al. (2016), mostrou-se ansiolítico, indicando que o tomilho pode ter um potencial significativo no controle da ansiedade. O estudo conduzido por Kumar Singh et al. (2017) abrangeu *Ginkgo biloba*, evidenciando propriedades ansiolíticas, antipsicóticas e sedativas, destacando o potencial multifacetado dessa planta no suporte ao sistema nervoso e na modulação de diferentes aspectos da saúde mental.

Kwon et al. (2019) investigaram *Schisandrae Fructus* e *Rehmanniae Radix*, constatando propriedades ansiolíticas e calmantes, já nos estudos realizados por Lima et al. (2021) abordaram *Lavandula angustifolia*, *Pelargonium graveolens* e *Citrus bergamia*, revelando propriedades sedativas e antidepressivas. No estudo feito por Oliveira, T. L. S., et al. (2017)



investigaram *Hydrocotyle umbellata* L., identificando propriedades ansiolíticas.

Orhan (2021) investigou *Valeriana officinalis* L., identificando propriedades ansiolíticas e calmantes. Essas descobertas corroboram a tradição histórica da Valeriana como uma planta com efeitos relaxantes, oferecendo suporte ao seu papel potencial na gestão da ansiedade e promoção do equilíbrio emocional. O estudo conduzido por Pereira et al. (2020) abrangeu *Aloysia polystachya* (Griseb.). Sarris et al. (2018) abordaram *Piper methysticum*, *Passiflora* spp e *Galphimia glauca*, identificando propriedades ansiolíticas e calmantes. Essas plantas, quando combinadas, apresentam potencial sinérgico na modulação da ansiedade e promoção do relaxamento.

Garcia e Solís (2016) investigaram *Matricaria chamomilla* L., constatando efeitos sedativos e ansiolíticos, reforçando a reputação da camomila como uma planta conhecida por seus benefícios no alívio do estresse e na promoção do sono. Soltanpour et al. (2019) estudaram *Melissa officinalis*, evidenciando propriedades ansiolíticas e sedativas. Essas descobertas destacam o potencial da melissa como uma planta que pode contribuir para o alívio de sintomas relacionados à ansiedade. Wedler (2017) abordou *Cymbopogon citratus*, identificando efeitos ansiolíticos. Yeung K. S., et al. (2018) investigaram *Actaea racemosa*, *Matricaria chamomilla*, Lavandula, passiflora e Curcuma longa, constatando propriedades ansiolíticas, calmantes e sedativas.

Zhang, N., Yao, L.. (2019) abordaram *Copaifera langsdorffii*, *Acantholippia deserticola*, *Rosa centifolia*, *Rosa damascena* e *Ducrosia anethifolia*, identificando propriedades ansiolíticas. Marques et al. (2021) exploraram *Rhodiola rosea* L., no qual foi identificado propriedades antidepressivas. Já Oliveira et al. (2022) investigaram *Maytenus aquifolium* Mart., *Erythrina velutina* Willd., *Feuillea Trilobata*. L., *Allium sativum* L., *Plumbago scandens* L. e *Lycium barbarum* L., constatando propriedades ansiolíticas e antidepressivas.

Os estudos sobre *Passiflora incarnata* e *Valeriana officinalis* conduzidos por Passolato et al. (2021) sugerem que essas plantas possuem propriedades ansiolíticas e sedativas. A *Passiflora incarnata*, também conhecida como maracujá, é reconhecida por seu potencial calmante, enquanto a *Valeriana officinalis* é conhecida por seus efeitos sedativos suaves. Outro estudo, conduzido por Fernandes et al. (2023), abordou *Cannabis sativa*, identificando propriedades ansiolíticas e antidepressivas.

Esses estudos fornecem uma visão abrangente das propriedades medicinais de diversas plantas, destacando seu potencial terapêutico em condições relacionadas à ansiedade, depressão e estresse. A abordagem integrativa, explorando os recursos da natureza, contribui para a

diversificação das opções terapêuticas disponíveis na área de saúde mental.

#### **4 CONCLUSÃO**

Essas observações destacam a diversidade de plantas medicinais e suas potenciais aplicações como agentes ansiolíticos, antidepressivos e sedativos. No entanto, é importante considerar que a eficácia e segurança dessas plantas podem variar, e mais pesquisas são necessárias para uma compreensão completa de seus benefícios terapêuticos.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, B.; LIMA, R.K. Óleo essencial de Lavanda (*Lavandula angustifolia*) no tratamento da ansiedade. Monografia de TCC. São João del-Rei: UFSJ. v. 1, n. 04, 2018. Disponível em: <<https://www.ufsj.edu.br/portal2-repositorio/File/coqui/TCC/Monografia-TCC-Barbara.pdf>>. Acesso em 08 jan 2024.
- ÁVILA-VILLARREAL, G. et al. Anxiolytic-like effects and toxicological studies of *Brickellia cavanillesii* (Cass.) A. Gray in experimental mice models. **Journal of ethnopharmacology**, v. 192, p. 90-98, 2016.
- BORGES, N.B.; SALVI, J.O.; DA SILVA, F.C. Características farmacológicas dos fitoterápicos no tratamento de transtornos depressivos e de ansiedade: *Hypericum perforatum* Lineaus e *Piper methysticum* Georg Forster no tratamento de transtornos depressivos e ansiedade. **Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research**. Vol.27, n.3, pp.81-87 Jun. – Ago., 2019.
- BORRÁS, S.; MARTÍNEZ-SOLÍS, I.; RÍOS, J. L. Medicinal Plants for Insomnia Related to Anxiety: An Updated Review. **Planta Medica**, 2021.
- FERNANDES, E. L. et al. Main alternative treatments for Anxiety and Depression: a literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 6, n.1, p.2062-2074, jan./feb., 2023. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/56745/41620>. Acesso em: 10 Jan. 2024.
- GARCÍA, E. C.; SOLÍS, I. M. Manual de fitoterapia. 2 ed. Barcelona: **Elsevier**, p. 493-496. 2016.
- GOŁYSZNY, M.; OBUCHOWICZ, E. Medicinal Plant Materials in the Treatment of Anxiety Disorders: **Neurobiological Aspects**, 2018.
- GONZÁLEZ-TRUJANO, M. E. et al. Pharmacological evaluation of the anxiolytic-like effects of *Lippia graveolens* and bioactive compounds. **Pharmaceutical biology**, v. 55, n. 1, p. 1569-1576, 2017.
- KOMAKI, A.; HOSEINI, F.; SHAHIDI, S.; BAHARLOUEI, N. Study of the effect of extract of *Thymus vulgaris* on anxiety in male rats. **Journal of traditional and complementary medicine**, v. 6, n. 3, p. 257-261, 2016.
- KUMAR SINGH, S.; E BARRETO, G.; ALIEV, G.; ECHEVERRIA, V. *Ginkgo biloba* as an alternative medicine in the treatment of anxiety in dementia and other psychiatric disorders. **Current drug metabolism**, v. 18, n. 2, p. 112-119, 2017.
- KWON, C. Y.; LEE, B.; CHUNG, S. Y.; KIM, J. W. Herbal medicine for post-stroke anxiety: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **Complementary therapies in clinical practice**, v. 35, p. 237-252, 2019.

LIMA, F. C. C. et al. A utilização de óleos essenciais de *Lavandula angustifolia*, *Pelargonium graveolens* e *Citrus bergamia* no combate à ansiedade. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.7, n.4, p. 41031-41046 apr 2021.

MAINGREDY, X. et al. FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DA ANSIEDADE. **Revista Eletrônica de Farmácia**, v. 13, n. 1.1, 2016.

MARQUES, A.E.F; OLIVEIRA, P.M.F; MACEDO, I. Estudo da atividade farmacológica do extrato de *Rhodiola rosea*: uma revisão integrativa. **Journal of Biology & Pharmacy And Agricultural Management**, v.15, n.3, p.295-305, 2021.

OLIVEIRA, T. L. S.; MORAIS, R. M.; SA, S.; OLIVEIRA, M. G.; FLORENTINO, F. I.; SILVA, D. M.; CARVALHO, V. V.; VAZ, B. G.; SABINO, R. I.; COSTA, A. E.; PAULA, J. R. Antinociceptive, anti-inflammatory and anxiolytic-like effects of the **Revista de Casos e Consultoria**, V. 13, N. 1, e13127654, 2022

PASSOLATO, J. P. et al. Assessment of Valerian and Passiflora consumption during a pandemic COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v.4, n.2, p.5589-5609 mar./apr.2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/26397/20927>. Acesso em: 10 Jan. 2024.

PEREIRA, A. M. S. et al. Formulário Fitoterápico da Farmácia da Natureza. 3 ed. São Paulo: **Bertolucci**, p. 34-36. 2020.

REIS, B.V. et al. Desenvolvimento de líquido oral para veicular a associação de *Hypericum perforatum* L. e *Passiflora incarnata* L. **Revista Pesquisa e Ação**. V3 N1: Maio de 2017. ISSN 2447-0627.

SANTOS, R. M. et al. *Passiflora incarnata* L.: uma revisão sobre suas propriedades ansiolíticas. **Brazilian Journal of Pharmacognosy**, 32(2), 345-356. 2022.

SARRIS, J. Herbal medicines in the treatment of psychiatric disorders: 10-year updated review. **Phytotherapy Research**, v. 32, n. 7, p. 1147-1162, 2018.

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

SOLTANPOUR, A.; ALIJANIHA, F.; NASERI, M.; KAZEMNEJAD, A.; HEIDARI, M. R. Effects of *Melissa officinalis* on anxiety and sleep quality in patients undergoing coronary artery bypass surgery: A double-blind randomized placebo controlled trial. **European Journal of Integrative Medicine**, v. 28, p. 27-32, 2019.

SOARES NETO, J.A. Drogas vegetais psicoativas comercializadas nas ruas da cidade de Diadema: risco no seu consumo. 2009. **Dissertação de Mestrado** (Ciências). São Paulo. 2009.

VELOSO, D.; GUIDINI, P.; COMÉRIO, R.M. et al. Plantas utilizadas em fitomedicamentos para os distúrbios do sono. **Natureza online** 6 (1): 29-35, 2008.

WEDLER, E. Atlas de las plantas medicinales silvestres y cultivadas em la zona tropical. 2 ed. Colômbia: **Todográficas Ltda**, p. 183. 2017.

YEUNG, K. S.; HERNANDEZ, M.; MAO, J. J.; HAVILAND, I.; GUBILI, J. Herbal medicine for depression and anxiety: A systematic review with assessment of potential psycho-oncologic relevance. **Phytotherapy Research**, v. 32, n. 5, p. 865-891, 2018.

ZHANG, N.; YAO, L. Anxiolytic effect of essential oils and their constituents: a review. **Journal of agricultural and food chemistry**, v. 67, n. 50, p. 13790-13808, 2019.

FIOCRUZ. Disponível em <http://www.canal.fiocruz.br/destaque/index.php?id=722>. Acesso em 09 de janeiro de 2024.