

PLANTAS MEDICINAIS PARA O TRATAMENTO DA DEPRESSÃO: PLANTAS FITOTERÁPICAS

Data de aceite: 01/08/2024

Amanda Oliveira de Aguiar

<http://lattes.cnpq.br/8746230157064902>

Emily dos Santos Carvalho

<http://lattes.cnpq.br/7114631152065961>
Centro Universitário UniLS, Brasília, DF

Rafael Marques da Silva

<http://lattes.cnpq.br/8746230157064902>
Centro Universitário UniLS, Brasília, DF

Anna Maly de Leão e Neves Eduardo

<http://lattes.cnpq.br/3714651935396200>
Centro Universitário UniLS, Brasília, DF

Axell Donelli Leopoldino Lima

<http://lattes.cnpq.br/8223765221726379>
Centro Universitário UniLS, Brasília, DF

RESUMO: Os transtornos de depressão e ansiedade tem aumentado nos últimos anos, principalmente pelo modo de vida moderna, podendo apresentar consequências significativas na adaptação social, tendo em vista que modificam a qualidade das relações interpessoais, e podem afetar o exercício das atividades profissionais e pessoais. A Fitoterapia trata-se da ciência responsável pelos estudos das plantas, no qual relacionam vários métodos de

tratamento caracterizados pela utilização de plantas medicinais em suas inúmeras preparações, formando uma modalidade de terapia integrativa e complementar diante das necessidades de saúde. O presente estudo foi realizado com base em uma revisão Bibliográfica sistemática, utilizando estudos em trabalhos científicos acerca do tema, com a utilização de plataformas de pesquisa online essenciais: Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando como pretensão de pesquisas as seguintes bases de dados LILICS e SCIELO. Através de uma análise detalhadas no portal online de todas as indústrias farmacêuticas Brasileiras, foi possível identificar dos 220 laboratórios farmacêuticos que atuam no país, apenas 29 unidades que produzem medicamentos fitoterápicos, correspondendo a 14,35%. Conclui-se que é necessário a realização de novos estudos exploratórios aprofundar o conhecimento sobre a eficácia e possíveis efeitos colaterais que determinadas plantas podem causar.

PALAVRAS-CHAVE: Depressão; Ansiedade; Plantas Medicinais; Tratamento.

MEDICINAL PLANTS FOR THE TREATMENT OF DEPRESSION: PHYTOTHERAPEUTIC PLANTS

ABSTRACT: Depression and anxiety disorders have increased in recent years, mainly due to the modern way of life, and can have significant consequences on social adaptation, considering that they modify the quality of interpersonal relationships, and can affect the exercise of professional and personal activities. Phytotherapy is the science responsible for the study of plants, which relates various treatment methods characterized by the use of medicinal plants in their countless preparations, forming an integrative and complementary therapy modality in response to health needs. The present study was carried out based on a systematic bibliographical review, using studies in scientific works on the topic, using essential online research platforms: Google Scholar and Virtual Health Library, using the following databases as research purposes. LILICS and SCIELO. Through a detailed analysis on the online portal of all Brazilian pharmaceutical industries, it was possible to identify of the 220 pharmaceutical laboratories operating in the country, only 29 units that produce herbal medicines, corresponding to 14.35%. It is concluded that it is necessary to carry out new exploratory studies to deepen knowledge about the effectiveness and possible side effects that certain plants can cause.

KEYWORDS: Depression; Anxiety; Medicinal plants; Treatment.

INTRODUÇÃO

Medicamentos são substâncias que podem ser utilizadas no tratamento, prevenção, diagnóstico ou cura de doenças, podendo possibilitar também uma melhora na qualidade de vida da população. O ser humano sempre teve a necessidade de saber lidar com o surgimento de sintomas durante o seu dia a dia, devido ao uso de novos alimentos, traumatismo ou adoecimento. Desta maneira, empregavam-se de plantas medicinais, conhecimento obtido através de observações ou experiências de sua utilização pelos animais. Mesmo com o desenvolvimento dos fármacos, sintéticos a partir do desenvolvimento tecnológico, as plantas medicinais continuaram como forma de alternativa de tratamento em inúmeros países do mundo (PACHECO, et al., 2021).

Atualmente, as plantas medicinais são usadas por grande parte da população do mundo, como um método medicinal alternativo para o tratamento de várias doenças, considerando que em muitas comunidades, representam uma maneira muito mais acessível em diversos sentidos relacionados aos medicamentos alopáticos (PACHECO, et al., 2021).

A Fitoterapia trata-se da ciência responsável pelos estudos das plantas, no qual relacionam vários métodos de tratamento caracterizados pela utilização de plantas medicinais em suas inúmeras preparações, formando uma modalidade de terapia integrativa e complementar diante das necessidades de saúde. Sendo assim, o objetivo geral se dá pela percepção da população sobre a utilização de plantas medicinais, no qual é visto como uma histórica integrativa à utilização de medicamentos sintéticos, tendo em vista que os químicos são considerados mais caros e agressivos ao organismo, bem como o baixo custo e fácil acesso à grande parcela da população brasileira (PACHECO, et al., 2021).

Os transtornos de depressão e ansiedade tem aumentado nos últimos anos, principalmente pelo modo de vida moderna, podendo apresentar consequências significativas na adaptação social, tendo em vista que modificam a qualidade das relações interpessoais, e podem afetar o exercício das atividades profissionais e pessoais (OLIVEIRA, et al., 2022).

A depressão e a ansiedade têm formas diferentes de se manifestarem, por isso, possuem fundamentos em comum, que são síndromes heterogêneas, de maneira suposta relacionadas devido a características da rotina, são fenômenos separados, os quais podem alternar-se ao longo do tempo. Logo, se destaca a utilização das plantas medicinais e fitoterápicos dessas doenças psicossociais (OLIVEIRA, et al., 2022). As plantas medicinais são utilizadas amplamente no Brasil. Portanto, apresentam uma grande diversidade e muitas delas, ao serem estudadas, apresentam um aumento de teor nutricional, presença de antioxidante, entre outras propriedades, podendo ter um potencial farmacológico muito significativo. Neste sentido, o presente artigo tem como objetivo realizar uma revisão bibliográfica sobre as plantas medicinais mais utilizadas no tratamento da ansiedade e depressão (OLIVEIRA, et al., 2022).

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi realizado com base em uma revisão Bibliográfica sistemática, utilizando estudos em trabalhos científicos acerca do tema, com a utilização de plataformas de pesquisa online essenciais: Google Acadêmico e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando como pretensão de pesquisas as seguintes bases de dados LILICS e SCIELO.

O Google Acadêmico é uma plataforma que disponibiliza artigos científicos de origem acadêmica, como trabalhos de conclusão de curso, teses de mestrado e doutorado, citações e resumos completos de obras (CAREGNATO, et al., 2021).

A Biblioteca Virtual em Saúde é uma rede de informações online, coordenado pelo centro latino-americano de informações em ciências da saúde, para compartilhamento científico e técnico em saúde, onde está disponível um conjunto de bases de dados bibliográficos com o objetivo de colaborar com o desenvolvimento de saúde, contribuindo para estudantes e profissionais com informações científicas (Biblioteca virtual em saúde, 2021).

A SCIELO é uma biblioteca eletrônica que contém uma coleção de periódicos científicos que objetivam o desenvolvimento de metodologias para a preparação e análise da produção científica (Biblioteca virtual em saúde, 2021).

Como fatores de inclusão foram utilizados os dados obtidos através de publicações em revistas, artigos científicos dentro dos últimos 10 anos. Como fatores de exclusão: artigos que não contemplam o objetivo de pesquisa e em duplicidade. Conforme consulta nos Decs em Saúde, serão utilizados os seguintes descritores: "Plantas Medicinais"; "Fitoterapia"; "Depressão"; "Ansiedade", utilizando o operador booleano "and".

DESENVOLVIMENTO

Os medicamentos principais advindos de plantas se encontram cada vez mais acessíveis e aceitos pela população, especificamente nos países em desenvolvimento onde o acesso a modernidade nos serviços é totalmente limitado. As informações sobre a medicina tradicional cumprem um papel essencial nas descobertas de estudos envolvendo plantas com efeitos farmacológicos (PEREIRA, et al., 2020).

As plantas medicinais são apresentadas constantemente com um grande potencial para a origem de novos medicamentos. Entretanto, inúmeros deles são fármacos provenientes de várias classes terapêuticas, onde apresentam comprovada eficácia no manejo do transtorno da ansiedade, mas com os avanços de estudos e pesquisas, detemos de uma gama de medicamentos fitoterápicos como recurso terapêutico para depressão, na qual é evidenciada a eficácia sem causar dependência no organismo, e devida baixa incidência de efeitos colaterais. No Brasil foi disponibilizado várias espécies de plantas medicinais utilizadas no tratamento de inúmeras disfunções no Sistema Nervoso Central, segundo a ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária) atualmente são apresentados aproximadamente 146 no tratamento de transtornos de humor, aproximadamente 80 fitoterápicos simples e 66 composto de ervas (PEREIRA, et al., 2020).

A ansiedade trata-se de uma condição afetiva normal que, quando em excesso, pode desenvolver distúrbios de humor, bem como de comportamento, de pensamento e da atividade fisiológica. A ansiedade é definida por um estado psíquico de apreensão ou um medo exagerado, instigado pela antecipação de uma situação totalmente desagradável, perigosa e até mesmo desafiadora. Os transtornos de ansiedade são comuns e resultam em grandes sofrimentos e importante comprometimento funcional (OLIVEIRA, et al., 2022).

A depressão, é uma desordem do humor que atinge mais da metade da população mundial e se caracteriza por sintomas debilitantes como visão negativas de si mesmo, do mundo e do mundo futuro, bem como recorrentes e controláveis pensamentos negativos que muitas vezes giram em torno do auto. Portanto, são três os principais mecanismos envolvidos no desenvolvimento da depressão: respostas ruins a estados de humor negativos e incapacidade de usar estímulos positivos e recompensadores para regular o humor negativo; déficits na memória (OLIVEIRA, et al., 2022).

É evidente que a depressão e a ansiedade têm formas diferentes de se manifestarem, portanto, apresentam fundamentos em comum, que são síndromes heterogêneas, de maneira suposta relacionadas a características da rotina, são fenômenos separados, os quais podem se alternar ao longo do tempo (OLIVEIRA, et al., 2022).

Entre as plantas calmantes, a flor do maracujá e a erva-cidreira são plantas naturais que podem ajudar a tratar a depressão. Nenhum efeito colateral foi encontrado nos estudos que as envolveram. A *Melissa Officinalis* possui uma reação cognitiva no efeito do humor reduzindo assim consideráveis níveis de estresse. Mesmo com o grande

número de medicamentos alopáticos no mercado para tratamento da ansiedade é possível encontrar vários tratamentos na literatura a base de medicamentos fitoterápicos como alternativa menos agressiva, sobretudo para aquelas pessoas que fazem uso contínuo de medicamentos que trazem sérios efeitos colaterais (FAUSTINO, et al., 2020).

As sumidades floridas e folhas secas, são utilizadas principalmente em chás. Os seus constituintes químicos podem várias a depender da maturidade da planta, condições de processamento, região e variedade. Neste sentido, as pesquisas com plantas medicinais são crescentes e se destacam pela capacidade dessas espécies produzir moléculas com atividade terapêutica, empregadas em muitas atividades biológicas. Destaca-se entre seus componentes químicos o mentol onde se faz presente entre 30%-55% da planta e metona presente em 14%-32% transformando-se em compostos majoritários da planta (FAUSTINO, et al., 2020).

Os medicamentos mais utilizados no tratamento convencional da ansiedade e depressão age como sedativo sobre o Sistema Nervoso Central, pois diminui o tônus simpático, com melhoras em sintomas vasomotores, além de possuir propriedades cardiovasculares, por meio do incremento do fluxo sanguíneo coronariano, ocorrendo a redução da pressão arterial, auxiliando no controle de arritmias cardíaca. Porém, é contraindicado para pacientes que fazem uso de medicamentos para a impotência sexual, assim como outros vasodilatadores coronarianos (SILVA et al., 2020).

De acordo com Pereira (2020), o tratamento farmacológico da ansiedade e depressão deve ser levado em consideração em conjunto com a abordagem psicoterápica ao grau de sofrimento do paciente e de como os sintomas interferem diretamente no cotidiano. O médico deve analisar a necessidade do uso do medicamento, se será por um curto ou longo período, em casos de ansiedade e se o tempo determinado for curto (12 semanas) é recomendado a classe dos benzodiazepínicos.

É evidente que a depressão é uma vivência comum, potencialmente típica e experimentada e se caracteriza por um sentimento difuso, desagradável e vago de apreensão como inquietação, desconforto e taquicardia. Ou seja, é uma resposta a uma ameaça desconhecida, interna, vaga ou de origem conflituosa. Neste sentido, essa vivência faz parte das experiências humanas e é um estado emocional esperado e necessário para a sobrevivência, visto que na sua ausência, o ser humano não lutaria, não procuraria vencer obstáculos e nem fugiria de situações perigosas (OLIVEIRA, et al., 2022).

Quanto as formas farmacêuticas dos fitoterápicos produzidas pelos laboratórios, as apresentações mais descritas foram as sólidas (86,25%) dentre elas o comprimido representou 22 dos fitoterápicos encontrados, seguido pelas cápsulas e a drágeas, mais comumente indicadas para adultos. Na vida adulta contemporânea o ritmo de vida acelerado e o estresse podem precipitar a depressão, em pessoas com predisposição genética. Por isso, os estudos estabeleceram correlação entre estado depressivo e a piora de alguns quadros clínicos, como obesidade, diabetes e cardiopatias. Fitoterápicos na

forma de solução oral representaram 13.65% produtos, como demonstrados podendo ser um indicativo de que, atualmente, as crianças também estão sendo acometidas de insônia e ansiedade. Pesquisas apontam que a ansiedade infantil afeta uma em cada vinte crianças abaixo de 10 anos de idade, e o grande risco está no fato de que muitas manifestações são completamente distintas daquelas observadas em adultos, o que dificulta o diagnóstico correto (SOARES, et al., 2023).

A composição dos fitoterápicos também foram avaliados e comparados aos que apresentavam uma única planta na sua composição e ao que apresentavam mais de uma espécie, desta maneira foi possível identificar que 65,71% destes medicamentos fitoterápicos são produzidos a partir de uma única espécie de planta e 34,29% são múltiplas espécies de plantas, com o objetivo de potencializar os efeitos terapêuticos (PEREIRA, et a., 2020).

Alguns fitoterápicos apresentam alta toxicidade e podem interagir com outras composições provocando assim muitas reações adversas. É importante ressaltar que todos fitoterápicos listados possuem registros junto a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) as dosagens (SOARES, et al., 2023).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As plantas medicinais e os fitoterápicos são vistos como uma alternativa totalmente viável para o tratamento dos quadros de ansiedade e depressão, pois podem apresentar menores índices para efeitos colaterais, que pode favorecer a continuidade do tratamento.

É extremamente importante ressaltar que mesmo sendo regularizados no Brasil de acordo com a ANVISA, os medicamentos fitoterápicos mesmo que mais leves também apresentam efeitos colaterais, bem como suas contraindicações, não devem ser utilizados sem associação de outro depressor do sistema nervoso, gestantes ou lactantes. É recomendado então uma avaliação médica precisa do caso do paciente, para assim ter uma indicação terapêutica adequada, estando sempre em acompanhamento farmacoterapêutico.

Contudo, as plantas apresentam efeito terapêutico em quadros de ansiedade, insônia e depressão. Foi possível compreender que o tratamento alternativo com plantas medicinais não apresenta efeitos colaterais quando comparado a fármacos industriais, sendo que a procura de fitoterápicos tem aumentado a cada ano por este motivo. As plantas medicinais abordadas no presente artigo representam um quantitativo mínimo, havendo mais plantas a serem descritas na literatura com seu potencial terapêutico.

Conclui-se que é necessário a realização de novos estudos exploratórios aprofundar o conhecimento sobre a eficácia e possíveis efeitos colaterais que determinadas plantas podem causar.

REFERÊNCIAS

Biblioteca virtual em saúde, 2021.

CONCEIÇÃO; DA SILVA, Aline Christine Ferreira; RABELLO, Paulo Henrique Gonçalves. VALERIANA OFFICINALIS: UM COFATOR NO TRATAMENTO DA INSÔNIA E NA MELHORA DA DEPRESSÃO. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 9, p. 4153-4160, 2023.

CAREGNATO, Sonia Elisa. Google Acadêmico como ferramenta para os estudos de citações: avaliação da precisão das buscas por autor. **Pontodeacesso**, v. 5, n. 3, p. 72-86, 2021.

DA SILVA SANTOS, Raiana; DE SOUZA SILVA, Sueleide; DE VASCONCELOS, Tiberio Cesar Lima. Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 52060- 52074, 2021.

DA SILVA NOBREGA, José Cândido et al. Plantas medicinais no tratamento de ansiedade e depressão: Uma revisão. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 1, p. e5511124024-e5511124024, 2022.

FURTADO, Rafaella Neves. Potencial farmacológico de plantas medicinais no tratamento da depressão. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 9, p. 1039-1046, 2022.

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, 2020.

OLIVEIRA, G. L. et al. Plantas medicinais para o tratamento de depressão e ansiedade em Teixeira de Freitas, Bahia, Brasil. **Revista Mosaicum**, v. 35, n. 35, 2022.

PACHECO, Rosana Teixeira et al. Uso de plantas medicinais no tratamento da depressão e seus benefícios. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 9, p. 643-651, 2021.

PEREIRA, et al. Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 1, p. 3119-3135, 2020.