



PLANTAS QUE AGEM NO SISTEMA NERVOSO CENTRAL: O USO DOS FITOTERÁPICOS KAVA KAVA, PASSIFLORA E VALERIANA NO TRATAMENTO DE TRANSTORNO DE ANSIEDADE

Ana Carolina Baptista Araujo ¹
Dyhego Henrique Ferreira dos Santos ²
Maria Fabiana Fernandes ³
Antônio Ricardo Gonçalves da Silva ⁴
Horacinna Maria de Medeiros Cavalcante ⁵

INTRODUÇÃO

Há milhares de anos, populações de vários países já utilizavam produtos naturais com a finalidade de tratar diversos tipos de doenças. 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 (SOUSA *et al.*, 2008).

O território brasileiro é muito rico em diversidade, constituído por cinco biomas principais: Floresta Amazônica, cerrado, Mata Atlântica, Pantanal e caatinga, sendo uma importante fonte de produtos terapêuticos, nos quais o uso já havia sido disseminado principalmente pela cultura indígena (SOUSA *et al.*, 2008).

A ansiedade é uma característica biológica do ser humano, porém, quando essa condição se torna excessiva e persistente, pode chegar a um nível patológico, prejudicando o bem-estar e a qualidade de vida do indivíduo afetado e se transformando em um transtorno (CAVALER e CASTRO, 2018).

As pessoas acometidas por tal transtorno tendem a ficar constantemente tensos e nervosos, em estado de alerta e acabam desenvolvendo preocupações excessivas, existindo pelo menos três dos sintomas somáticos a seguir, que devem persistir por no mínimo seis

¹ Graduanda do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau – UNINASSAU João Pessoa, annacarolbaptista@gmail.com;

² Graduando do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau – UNINASSAU João Pessoa, dyego9525@outlook.com;

³ Graduanda do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau – UNINASSAU João Pessoa, fabianafernandes13@hotmail.com;

⁴ Graduando do Curso de Farmácia da Faculdade Maurício de Nassau – UNINASSAU João Pessoa, ricardogoncalvesjp@gmail.com;

⁵ Professora orientadora: doutorado, Núcleo de Saúde – UNINASSAU João Pessoa, horacinnamc@yahoo.com.br.



meses: dificuldade de concentração, fadiga, irritabilidade, tensão muscular, insônia e inquietude (CAVALER e CASTRO, 2018).

Os fatores que podem conduzir ao aumento do risco de desenvolvimento de transtorno de ansiedade incluem trauma de infância (pessoas que sofreram algum tipo de abuso ou viveram alguma experiência traumática quando crianças), existência de alguma condição crônica de saúde ou doença grave (preocupação com o futuro e com o tratamento), fatores genéticos ligados à uma baixa produção de hormônios do bem-estar (serotonina, noradrenalina e GABA) e, ainda, o uso excessivo de drogas, álcool ou cigarros podem agravar ou até mesmo desencadear o transtorno de ansiedade nos usuários (ANDRADE *et al.*, 2019).

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 (SOUSA *et al.*, 2008).

O uso de medicamentos fitoterápicos surge como uma alternativa no tratamento de transtornos de ansiedade e distúrbios do sono. As plantas medicinais *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis* e *Piper methysticum* têm se mostrado boas opções terapêuticas, apresentando efeitos adversos mínimos e relativa segurança de uso (ALMEIDA, 2017).

A busca por tratamentos que utilizem plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos pelo SUS cresceu 161% entre 2013 e 2015, segundo o Ministério da Saúde. Tal fato pode estar relacionado à Resolução do Conselho Federal de Nutricionistas N° 556, de 11 de abril de 2015, que confere ao nutricionista no Brasil o direito de prescrever fitoterápicos indicados para complementação da prescrição dietética, respeitando as recomendações de uso da planta. A *Passiflora incarnata* está entre os fitoterápicos ansiolíticos que podem ser prescritos por nutricionistas no Brasil (SOARES, 2019).

Este trabalho tem como objetivo analisar a *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis* e *Piper methysticum* como medicamentos fitoterápicos usados no tratamento de transtorno de ansiedade.

METODOLOGIA



Este trabalho se trata de um estudo descritivo baseado em pesquisa literária nas plataformas Google Scholar e Scielo, utilizando os descritores “*Piper methysticum* and anxiety”, “*Passiflora incarnata* and anxiety” e “*Valeriana officinalis* and anxiety”.

Os critérios de inclusão adotados foram artigos e monografias que tivessem foco no estudo do tratamento de transtorno de ansiedade com o uso de medicamentos fitoterápicos, especificamente kava kava, passiflora e valeriana no período de 2013 a 2020.

Os critérios de exclusão foram trabalhos que não corresponderam ao objetivo da pesquisa, não estavam disponibilizados na íntegra ou que estavam fora do período temporal demarcado.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A maioria dos medicamentos utilizados para tratar transtornos de ansiedade agem estimulando o neurotransmissor GABA e, como consequência, desestimulam o Sistema Nervoso Central (SNC). Em contrapartida, estes costumam apresentar efeitos colaterais prejudiciais à saúde do paciente como, por exemplo, a dependência da substância. Dito isto, algumas plantas medicinais podem agir no controle da ansiedade sem causar tais efeitos adversos (SOARES, 2019).

Em 2006, foi implementada no Brasil a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), com a finalidade de promover práticas alternativas de terapia pelos profissionais do Sistema Único de Saúde (SUS) como, por exemplo, a fitoterapia. Além disso, também foi implantada, no mesmo ano, a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), visando estabelecer diretrizes para garantir o uso seguro destes fitoterápicos (SOARES, 2019).

Passiflora incarnata

A *Passiflora incarnata* é comumente encontrada em regiões de clima temperado, quente e tropical, sendo originária do sudeste da América do Norte e América Central (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

Os flavonoides encontrados em espécies de *Passiflora* são principalmente do tipo C-glicosídeos, possuindo efeito sedativo hipnótico, ansiolítico e analgésico, visto que estes exercem atividades mediadas pelo Sistema Nervoso Central (ALMEIDA, 2017).

A *Passiflora incarnata* (maracujá) possui como constituintes as frações de alcalóides, responsáveis por produzir ações depressoras inespecíficas no Sistema Nervoso Central,



promovendo efeito sedativo e tranquilizante. Quando combinada com drogas sedativas-hipnóticas e ansiolíticas, a *Passiflora* pode agir intensificando seus efeitos (ALMEIDA, 2017).

Medicamentos fitoterápicos produzidos a partir da *P. incarnata* apresentam efeitos ansiolíticos semelhantes ao midazolam, porém sem causar comprometimento psicomotor. O midazolam inibe a atividade da monoamina oxidase (MAO), promovendo uma melhora na depressão, estresse, ansiedade, distúrbios do sono e agitação. A ação ansiolítica da *P. incarnata* por via oral se inicia entre 10 e 30 minutos após a administração (ALMEIDA, 2017).

O farmacógeno da *P. incarnata* é encontrado nas partes aéreas da planta, constituídas por folhas e caules, que são as partes de interesse para a produção de fitoterápicos apresentados na forma de comprimidos e cápsulas contendo o extrato seco da passiflora. Esta droga vegetal não possui odor característico, mas possui sabor levemente amargo. As reações adversas do uso da *P. incarnata* incluem fadiga, náuseas, vômitos e cólicas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2015).

Piper methysticum

A kava kava, de nome científico *Piper methysticum*, apresenta-se como um dos medicamentos fitoterápicos complementares mais pesquisados para a utilização em condições psiquiátricas (SILVA, 2015), distribuindo-se geograficamente pelo Brasil nos estados da Bahia, Minas Gerais, Espírito Santo, Rio de Janeiro e Santa Catarina (ZIMATH *et al.*, 2017).

A droga vegetal é o rizoma seco, que possui odor fracamente aromático e sabor levemente amargo. Os principais constituintes do rizoma da *P. methysticum* são as α -pironas, denominadas kavalactonas ou kavapironas.

As propriedades farmacológicas da kava kava mostram-se semelhantes às dos benzodiazepínicos, contudo, foi detectada uma fraca ligação entre as kavalactonas e os receptores GABA_A, sugerindo que os receptores N-metil-D-aspartato ou canais de voltagem-dependentes estejam envolvidos no mecanismo de ação das kavalactonas (MATOS, PIMENTEL e SOUSA, 2016).

Em ensaios clínicos randomizados, seu efeito ansiolítico pôde ser comprovado, porém, seu uso está associado à diversos casos de hepatotoxicidade, levando à sua retirada do mercado no Reino Unido (SILVA, 2015).

Além do efeito ansiolítico, estudos apontam que a kava kava possui diversos outros efeitos sobre o Sistema Nervoso Central, como atividades sedativas, anticonvulsivantes, anestésica local, espasmolítica e analgésica (SILVA, 2015).



O uso da *P. methysticum* pode ser feito a partir de extratos ou tinturas, por via oral, sendo recomendada a dose diária de 60mg a 120mg. Entre os efeitos adversos da kava kava estão reação alérgica e fadiga matinal.

Valeriana officinalis

A valeriana (*Valeriana officinalis*) 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).

A parte de interesse farmacológico da valeriana é a raiz, caracterizada por conter muito componentes, sendo alguns deles os monoterpênicos bicíclicos (valpotriatos – valtrato e dihidrovaltrato) e óleos voláteis (valeranona, valenrenal e ácidos valarênicos).

Apesar de o extrato de valeriana apresentar diversos constituintes químicos, o mecanismo de ação é descrito como a interação da valeriana com o sistema GABA no cérebro, inibindo a GABA transaminase. Recentemente, mostrou-se que a valeriana atua como um agonista parcial nos receptores de adenosina e serotonina (ALMEIDA, 2017).

Trata-se de um medicamento fitoterápico com eficácia comparada ao oxazepam, fármaco pertencente ao grupo dos benzodiazepínicos, logo, atuando como ansiolítico, sedativo e hipnótico (VIDAL e TOLEDO, 2015).

O uso da *V. officinalis* pode ser feito por via oral, na forma de comprimidos revestidos e a dose recomendada é de 100mg a 300mg por dia. Os efeitos adversos relatados pelos voluntários participantes em ensaios clínicos foram tontura, indisposição gastrointestinal, cefaleia e midríase.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Pode-se concluir que as plantas medicinais se apresentam como uma alternativa viável para o tratamento de transtorno de ansiedade e seus sintomas somáticos, descritos como dificuldade de concentração, fadiga, irritabilidade, tensão muscular, insônia e inquietude. Observou-se que a *Passiflora incarnata*, *Piper methysticum* e *Valeriana officinalis* demonstram propriedades farmacológicas e/ou efeitos semelhantes aos dos benzodiazepínicos, sendo a *P. incarnata* e a *V. officinalis* comparadas aos medicamentos midazolam e oxazepam, respectivamente. Os efeitos adversos mais comuns entre estas plantas medicinais foram fadiga e distúrbios do TGI, como náuseas e vômitos.



Palavras-chave: Fitoterapia; Plantas medicinais; Farmacognosia; Saúde pública.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Marlana Gomes de. **Análise do tratamento farmacológico em pacientes com ansiedade e distúrbios do sono com medicamentos ansiolíticos: uma revisão da literatura.** Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) - Faculdade Maria Milza, Governador Mangabeira, 2017.

ANDRADE, João Vitor *et al.* Ansiedade: um dos problemas do século XXI. **Revista de Saúde ReAGES**, v. 2, n. 4, p. 34-39, 2019.

CAVALER, Camila Maffioletti; CASTRO, Amanda. Transtorno de Ansiedade Generalizada sob a perspectiva da Gestalt Terapia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, 7.2: 313-321, 2018.

KRUM, Bárbara Nunes *et al.* **Piper methysticum altera a atividade locomotora e parâmetros bioquímicos em Drosophila melanogaster.** 2017. Tese (Mestrado em Ciências Biológicas: Bioquímica Toxicológica) - Centro de Ciências Naturais e Exatas, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria, 2017.

LEAL, Ana Edileia Barbaosa Pereira *et al.* Atividade ansiolítica e sedativa de espécies do gênero Passiflora—Um mapeamento científico e tecnológico. **Cadernos de Prospecção**, v. 9, n. 3, p. 323, 2016.

MATOS, Alexandre Silva.; SOUSA, Jeremias Emanuel Pimentel de; SOUSA, Joubert Aires. Estudo Comparativo da Ação Ansiolítica da Passiflora, Kava Kava e Valeriana em Camundongos da Espécie Mus Musculus. **Saúde em Foco**, v. 3, n. 2, p. 77-92, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Monografia da espécie Passiflora incarnata Linnaeus (maracujá-vermelho). Brasília, DF: Ministério da Saúde: 2015. 15 p.

ANVISA. Passiflora incarnata. São Paulo: ANVISA, 2019. 10 p.

Silva, Gisléa Kândida Ferreira da. **Efetividade das medicinas tradicionais e complementares para os transtornos mentais comuns: uma revisão.** 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva) - Centro de Pesquisas Aggeu Magalhães, Recife, 2015.

SOARES, Ana Clara Leal. **O uso de fitoterápicos como coadjuvantes no controle da ansiedade e sua implicação na compulsão alimentar.** 2019. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Nutrição) - Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2019.

SOUSA, Francisca C. F. *et al.* Plantas medicinais e seus constituintes bioativos: Uma revisão da bioatividade e potenciais benefícios nos distúrbios da ansiedade em modelos animais. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 18, n. 4, p. 642-54, 2008.

ZIMATH, Priscila Laiz *et al.* Avaliação psicofarmacológica do óleo essencial de Piper amplum. **Revista Fitos**, Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 153-166, 2017.