

PROPRIEDADES FARMACOLÓGICAS DA *Valeriana officinalis* NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE: UMA REVISÃO LITERARIA

DOI: 10.48140/digitaleditora.2021.007.16

16

RESUMO

Objetivos: Apresentar o potencial farmacológico da Valeriana Officinalis como uma alternativa no tratamento do Transtorno de ansiedade, apresentando dados sobre sua segurança e eficácia; realizar um levantamento bibliográfico sobre as propriedades farmacológicas da Valeriana Officinalis, caracterizando seu potencial terapêutico no tratamento do transtorno de ansiedade.

Métodos: A pesquisa apresenta-se como uma revisão de literatura, estruturada por arquivos, artigos e documento encontrados em bases de dados Ciência Eletrônica Biblioteca online (SCIELO), Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE).

Resultados: Selecionou-se 24 artigos para serem analisados, fazendo parte da estrutura do trabalho. Foi possível levantar informações relevantes quanto a eficácia do uso da Valeriana Officinalis no tratamento de insônia e ansiedade de grau leve.

Conclusão: De acordo com os dados levantados, é possível reconhecer uma taxa do potencial terapêutico da Valeriana Officialis no enfrentamento dos transtornos de ansiedade de grau leve e em situações de insônia.

PALAVRAS-CHAVES: Valeriana Officinalis; Transtorno de ansiedade; Fitoterapia; Propriedades Farmacológicas.

Helder Henrique Andrade Lira

Graduando em Farmácia pela AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0002-0933-8767>

Israel Frank Azevedo Silva

Graduando em Farmácia pela AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0002-4616-134X>

Marcelo da Silva Paiva

Graduando em Farmácia pela AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0002-3571-8923>

Natália Luísa de Alencar Mesquita

Graduanda em Farmácia pela AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0002-5017-6296>

Sarah Aparecida Marques Vaz

Graduanda em Farmácia pela AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0001-6638-9408>

Mara Layanne da Silva Felix

Farmacêutica, Mestre e Professora Assistente da AESPI – Ensino Superior do Piauí
Teresina – Piauí



<https://orcid.org/0000-0002-6701-0436>

PHARMACOLOGICAL PROPERTIES OF *Valeriana officinalis* IN TREATMENT OF ANXIETY DISORDER: A LITERARY REVIEW

DOI: 10.48140/digitaeditora.2021.007.16

16

ABSTRACT

Objectives: To present the pharmacological potential of *Valeriana Officinalis* as an alternative in the treatment of Anxiety Disorder, presenting data on its safety and efficacy; carry out a bibliographic survey on the pharmacological properties of *Valeriana Officinales*, characterizing its therapeutic potential in the treatment of anxiety disorder.

Methods: The research presents itself as a literature review, by structured files, articles and documents found in Electronic Science databases Online library (SCIELO), Latin American and Caribbean Literature in Health Sciences (LILACS), and Online Search System and Analysis of Medical Literature (MEDLINE).

Results: 24 articles were selected for review, as part of the work structure. It was possible to raise relevant information regarding the effectiveness of using *Valeriana Officinalis* in the treatment of mild insomnia and anxiety.

Conclusion: According to the data collected, it is possible to recognize a rate of the therapeutic potential of *Valeriana Officialis* in coping with mild anxiety disorders and in cases of insomnia.

Recebido em: 24/06/2021
Aprovado em: 01/08/2021
Conflito de Interesse: não houve
Suporte Financeiro: não houve

KEYWORD: *Valeriana Officinalis*; Anxiety Disorder; Phytotherapy; Pharmacological Properties.



INTRODUÇÃO

A ansiedade é definida como uma sensação vaga e difusa, desagradável, de apreensão expectante acompanhada de diversas manifestações físicas e, até certo ponto, é um estado afetivo normal e útil. Os transtornos de ansiedade surgem quando esta excede o limite da normalidade, de modo que tal sensação se torna tão intensa e desagradável que impede o funcionamento adequado do indivíduo. (MOCHCOVITCH et al. 2010).

O tratamento da ansiedade envolve a psicoterapia, o tratamento medicamentoso com ansiolíticos e antidepressivos, a reeducação alimentar e a prática de atividades físicas. Entre os medicamentos para o tratamento dos transtornos de ansiedade e insônia, os benzodiazepínicos são os mais prescritos, tem-se como exemplo dessa classe de medicamentos o Alprazolam, Clonazepam e Diazepam. Entretanto, o uso prolongado desses medicamentos pode acarretar alguns efeitos adversos, como a má qualidade do sono, dependência e diminuição da atividade psicomotora. Tais reações justificam a busca por tratamentos alternativos e seguros, como por exemplo, os fitoterápicos (VIDAL; TOLETO 2015).

Dentre os fitoterápicos mais utilizados no Brasil para o tratamento da ansiedade tem-se a *Valeriana officinalis*, conhecida popularmente como Valeriana. Utilizando-se das suas raízes, que compreendem seus órgãos subterrâneos, rizoma e os estolhos, na produção do medicamento fitoterápico. Esta espécie apresenta propriedades ansiolíticas, sedativas e hipnóticas. A Valeriana contém uma variedade de compostos químicos, como ácido valerênico e derivados, que atuam sinergicamente exercendo um efeito sedativo. Os componentes ativos desta planta medicinal têm afinidade com o receptor GABA-A (ácido gama-aminobutírico), cuja sua regulação está relacionada com a promoção do sono (NUNES et al 2011).

Em meados do ano 1000 no século IX a.C, no Egito, as qualificações medicinais da Valeriana foram especuladas pela primeira vez. O médico pesquisador em questão, acreditava no potencial de cura para diversas doenças através da intervenção com a planta. Quadros epiléticos, insônias e nervosismos foram enfermidades da época que encontraram solução por meio deste uso. (SOLDATELLI et al. 2010). Nos dias atuais, a Valeriana é reconhecida como eficaz na terapia em distúrbios do sono leve, ansiedade, desequilíbrios nervosos, situações de angústia sem interferir ou provocar danos ao sistema nervoso. Atua ainda como coadjuvante em interações com neurotransmissores potencializando efeitos terapêuticos conjugados a outros medicamentos. (SUDATI, 2012).

A *Valeriana Officinalis* é a planta mais utilizada na terapêutica dentre outras 250 espécies do gênero *Valeriana*, pertencentes à família *Valerianaceae*, conhecida popularmente como valeriana (OLIVEIRA FILHO 2019). É uma herbácea perene comumente encontrada em lugares úmidos e de clima temperado, principalmente floresta e margem de rios, cuja parte utilizada é raiz. (DAMASCENO, 2019).

METODOLOGIA

PROCEDIMENTOS ÉTICOS

Devido a não realização da pesquisa envolvendo seres humanos e animais, não foi necessário a aprovação do Comitê de Ética.

MÉTODOS DE PESQUISA

Como método, o trabalho consiste em uma pesquisa bibliográfica, descritiva e com abordagem qualitativa, elaborada com base em pesquisas realizadas e publicadas entre os anos de 2010 a 2020 sobre as propriedades farmacológicas da *Valeriana Officinalis*, caracterizando seu potencial terapêutico no tratamento do transtorno de ansiedade.

COLETA DE DADOS

Para sua elaboração, foram utilizados periódicos anexados em base de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Medical Literature Analysis (MEDLINE), por meio dos seguintes descritores: *Valeriana Officinalis*, Transtorno de ansiedade, TAG, Fitoterapia, Propriedades Farmacológicas.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Os critérios de inclusão foram: ser escrito no idioma português, inglês e espanhol, estar dentro do recorte temporal, 2010 a 2021, atender os objetivos propostos pela pesquisa. Quanto aos critérios de exclusão, foram excluídas as publicações que se encontravam fora do recorte temporal estabelecido no projeto, publicados em idiomas diferentes do idioma português, inglês e espanhol, e que não correspondiam aos objetivos propostos pela pesquisa.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o resultado das publicações utilizando os descritores: Valeriana Officinalis, Transtorno de ansiedade, TAG, Fitoterapia, Propriedades Farmacológicas, foi feita a seleção dos artigos, sendo encontrados 96.164 de acordo com os critérios de inclusão, conforme mostra a tabela 01. Dos 96.164 artigos, foram excluídos 93.427 através da filtragem entre os anos de 2010 a 2020, em língua portuguesa, restando 2.737 artigos conforme apresentado na Tabela 02.

Tabela 1. Descritores utilizados nas bases de dados SciELO, LILACS, MEDLINE, de acordo com os critérios de inclusão

Descritores	SciELO	LILACS	MEDLINE	Total
Propriedades Farmacológicas	76	217	10274	10567
TAG	79	134	17	230
Transtorno de ansiedade	390	1030	35198	36618
Valeriana Officinalis	16	33	618	667
TOTAL	561	1414	46107	48082

Fonte: dados da pesquisa/2020

Tabela 1. Resultado da busca nas bases de dados utilizando a combinação dos descritores, com critérios de inclusão

Descritores	SciELO	LILACS	MEDLINE	Total
Propriedades Farmacológicas	45	125	10.263	10433
TAG	57	42	17	247
Transtorno de ansiedade	219	677	35.187	36083
Valeriana Officinalis	8	8	0	16
TOTAL	329	852	45467	46779

Fonte: dados da pesquisa/2020

Após a realização da pesquisa na base de dados SCIELO, LILACS E MEDLINE, excluiu-se 93.427 publicações que não correspondiam aos critérios de inclusão: bancos de dados dos periódicos citados acima, e estar compreendida entre os anos de 2010 a 2020. Foi feita uma nova análise, desta vez levando em consideração o título dos artigos, a questão norteadora e os objetivos propostos no estudo, constatando que 657 estavam fora desses critérios, e 429 repetiam a base de dados. Dessa forma, foi excluído um total de 198 publicações. Das restantes, selecionou-se 27 artigos para serem analisados, fazendo parte da estrutura do trabalho, onde foram agrupadas em um quadro (01), destacando ano de publicação/autores, título da produção e objetivos, como mostra a seguir.

Quadro 01. Apresentação das produções organizadas em autores/ano de publicação, títulos e objetivos.

Autores/Ano de publicação	Títulos da produção	Objetivo
BATISTA; PINTO (2014).	Inserção da fitoterapia na atenção primária aos usuários do SUS.	Descrever as discussões e práticas acerca da implantação de programas de fitoterapia como opção terapêutica, na rede pública de saúde, de forma a subsidiar e incentivar a sua implementação em um maior número de municípios no Brasil.
BRASIL, (2010)	A Política Nacional de Plantas Mediciniais e Fitoterápicos: construção, perspectivas e desafio.	Analisar a construção da política para a implantação/implementação da Fitoterapia no SUS, das facilidades e dificuldades envolvidas neste processo e dos desafios e perspectivas.
BRUNING et al., (2012)	Formulário de Fitoterápicos Farmacopeia Brasileira.	O Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira, 1ª edição complementa essas normas de manipulação, oficializando as formulações que serão manipuladas de forma padronizada.
CASTRO, Rafaela A; ALBIERO, Adriana L.M (2016)	A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu- Paraná: a visão dos profissionais de saúde.	Analisar o conhecimento de gestores e profissionais de saúde que atuam na atenção primária (APS), sobre fitoterapia, nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu, Paraná.
DL Thiengo • 2014	Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados: uma revisão sistemática	O objetivo deste estudo foi realizar uma revisão sistemática para identificar os transtornos mais prevalentes na infância e adolescência e possíveis fatores associados.
DMS- IV (2014)	Manual diagnóstico e estatístico de transtornos.	Definir como é feito o diagnóstico de transtornos mentais. Usado por psicólogos, fonoaudiólogos, médicos e terapeutas ocupacionais.
DOYLE, Timothy M. et al (2020)	Activation of sphingosine-1-phosphate receptor subtype 1 in the central nervous system contributes to morphine-induced hyperalgesia and antinociceptive tolerance in rodents.	Identificar S1PR1 como um caminho crítico para a sinalização S1P em resposta à morfina sustentada e impacta nas vias neuroinflamatórias a jusante.
FIRMINO; BINSFELD, 2013	A biodiversidade brasileira como fonte de medicamentos para o SUS.	Discutir aspectos relevantes sobre o uso da biodiversidade brasileira, na forma de fitomedicamentos, e o desenvolvimento do complexo industrial da Saúde, relacionando com a inovação industrial e a Política Nacional de Plantas Medicinal e Fitoterápico.
GADELHA, Claudia et AL (2013)	Estudo bibliográfico sobre o uso das plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil.	O objetivo do trabalho foi fazer um levantamento bibliográfico sobre plantas medicinais e fitoterápicas usadas pela população.
GINSBURG, Golda S. et al. (2020)	School-based treatment for anxiety research study (STARS): a randomized controlled effectiveness trial.	Um ensaio de eficácia controlada randomizado, para comparar a eficácia de um médico-escola administrado tratamento cognitivo-comportamental (TCC) ao tratamento usual (TAU) no pós-tratamento (isto é, após 12 semanas) e em um acompanhamento de 1 ano.
HAUSER, Kurt F.; KNAPP, Pamela E (2018)	Opiate drugs with abuse liability hijack the endogenous opioid system to disrupt neuronal and glial maturation in the central nervous system.	Drogas opiáceas com responsabilidade de abuso sequestram o sistema opióide endógeno para interromper a maturação neuronal e glial no sistema nervoso central.

IBIAPINA, Waleria et AL (2014)	Inserção da fitoterapia na atenção primária aos usuários do SUS.	Descrever as discussões e práticas acerca da implantação de programas de fitoterapia como opção terapêutica, na rede pública de saúde, de forma a subsidiar e incentivar a sua implementação em um maior número de municípios no Brasil.
MACHADO et al.,(2016)	Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras.	Avaliar o perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras.
MINISTÉRIO DA SAÚDE, (2012)	Plantas medicinais e fitoterapia na atenção básica	Denominar de medicina tradicional e medicina complementarem e alternativa (MT/ MCA) e, sobre esse tema, a OMS recomenda aos seus Estados membros a elaboração de políticas nacionais voltadas à integração/inserção da MT/MCA aos sistemas oficiais de saúde, com foco na Atenção Primária à Saúde (APS).
MOCHCOVITCH, Marina et al. (2010)	Transtornos de ansiedade.	Descrever como diagnosticar e tratar o transtorno de ansiedade generalizada, o transtorno do pânico e o transtorno de ansiedade social, três dos mais frequentes transtornos de ansiedade.
MONDIN, Thaíse (2013)	Anxiety disorders in young people: a population-based study.	Avaliar a prevalência de transtornos de ansiedade e fatores associados em adultos jovens.
NUNES, Ana et al (2011)	Utilização da Valeriana nas perturbações de ansiedade e do sono.	Investigar a eficácia e segurança da Valeriana para o tratamento dos distúrbios de ansiedade e do sono.
OLIVEIRA, FILHO (2019)	Importância da monitoria de Fundamentos da Fitoterapia aplicados à Odontologia: um relato de experiência.	Relatar uma experiência acadêmica como aluno-monitor na disciplina de Fundamentos da Fitoterapia aplicados à Odontologia.
PINHEIRO et al, (2003)	Fitoterapia e Alopacia: A atenção farmacêutica "verde"	Orientar e divulgar sobre o uso correto das plantas, a fim de propiciar melhor qualidade de vida à população.
ROSA, Carolina; CAMARA, Sheila G; BERRIA, Jorge U. (2011)	Representações e intenção de uso da fitoterapia na atenção básica à saúde.	Conhecer as representações e a utilização da fitoterapia na atenção básica à saúde e os fatores relacionados à intenção de uso dessa terapia.
SOLDATELLI, Mariana et al. (2010)	Valeriana officinalis: uma alternativa para o controle da ansiedade odontológica?	Tem-se como objetivo despertar interesse nos profissionais da área da saúde, em especial os cirurgiões-dentistas, para realizar estudos controlados para testar a eficácia da medicação fitoterápica, que pode ser uma alternativa viável para controle de ansiedade, sem ocorrência de sensações desagradáveis nos pacientes.
SUDATI, Jéssie (2012)	Avaliação do potencial terapêutico da <i>Valeriana officinalis</i> e do diseleneto de difenila frente à toxicidade induzida por rotenona em <i>Drosophila Melanogaster</i> .	Avaliar a atividade antioxidante <i>in vitro</i> da Valeriana Officinalis, bem como, os efeitos oriundos da suplementação com o extrato da raiz desta planta e com DPDS sobre alterações comportamentais e bioquímicas induzidas pela exposição ao pesticida rotenona em <i>D. melanogaster</i> .
Taib et al, 2007	Uma revisão sistemática da Valeriana como um auxílio para dormir: seguro, mas não eficaz.	Avaliar a efetividade da Valeriana no tratamento da insônia, por meio de uma revisão de artigos científicos.

Vidal; Toletto 2015	<i>Valeriana officinalis</i> L., no tratamento da insônia e ansiedade.	Objetiva externar através de revisões de literatura analisar a efetividade de <i>Valeriana officinalis</i> L., no tratamento de ansiedade e insônia como alternativa ao tratamento convencional com medicamentos controlados.
WHO (2017)	Depression and other common mental disorders: global health estimates.	Fornecer as últimas estimativas disponíveis da prevalência de depressão e outros transtornos mentais comuns em nível global e regional, juntamente com dados relativos às consequências desses transtornos em termos de perda de saúde.
ZERAIK, Maria et al. (2010)	Maracujá: um alimento funcional?	O enfoque nos frutos do maracujá fundamenta-se no amplo consumo do suco de maracujá (fresco ou industrializado) no Brasil e também nas investigações em andamento para avaliar o seu potencial uso como alimento funcional.

Fonte: dados da pesquisa/2020

Após as leituras realizadas, foi possível perceber o alto índice de potencial terapêutico da *Valeriana Officinalis* e sua variedade de formas de abordagem em uso terapêutico. Possibilitou-se ainda o reconhecimento de suas propriedades farmacológicas caracterizadas por seus componentes fotoquímicos evidenciados em sua aplicação nos tratamentos de distúrbios de sono e ansiedade leve.

TRANSTORNO DE ANSIEDADE:

Definido em IBIAPINA, Waleria et AL, 2014 como uma condição em que o funcionamento de algumas fibras nervosas é desordenado por influência de fatores externos, o transtorno de ansiedade reflete como principais sintomas insônia, taquicardia, oscilação na respiração e espasmos. A desordem causada por essas fibras ativa sistemas cerebrais desencadeando sensações semelhantes a reação de fuga.

DL Thiengo, 2014 apontam os transtornos de ansiedade como complicações de saúde pública que interferem de forma negativa em todas as fases da vida. MACHADO et al.,2016 por sua vez, complementa que o alto grau de incidência destes transtornos acarreta uma desordem na rotina dos indivíduos, onde seus sintomas e o medo das crises os impedem de efetuar atividades comuns do dia-a-dia.

WHO, 2017 em sua publicação apresenta o dado de que grande parte dos indivíduos acometidos por transtornos são mulheres, sendo o território ocidental a região com os maiores índices de prevalência e incidência em todo o mundo. Em seu estudo, ele apresenta ainda, o Brasil como uma das regiões com maior taxa de indivíduos com transtornos de ansiedade, dentre os países do continente americano, sendo esse fator diretamente associado ao número de óbitos por suicídio.

MONDIN et al, 2013 em sua definição, afirma que ansiedade é uma resposta fisiológica normal do nosso organismo, entretanto se torna patológica mediante a situação. Em seu levantamento, é proposto que a variante de condição acontece quando o indivíduo sobrepõe suas emoções e as acumula gerando um grau de ansiedade muito maior, seja através de algum estímulo ou circunstância imaginária, tendo a ocorrência dessa reação em simples atividades comuns ou algum evento. Em MONDIN, é possível ainda acrescentar que em sua característica patológica, o transtorno se apresenta através de uma sintomatologia em que o estado emocional incomodo, angustia, sentimentos e sensações apreensivas sobre situação que ainda podem acontecer se tornam opressivas, fazendo com que o indivíduo sinta necessidade de estar em alerta para encarar a situação.

De acordo com a categorização apresentada no Manual diagnóstico e estático (DSM-IV,2014), os transtornos de ansiedade se apresentam em quadros somáticos e psíquicos, sendo eles: fobia social e específica, agorafobia, TP (Transtorno de pânico), PTSD (Transtorno de estresse pós-traumático), TOC (Transtorno Obsessivo-Compulsivo) e o mais incidente, TAG (Transtorno de ansiedade generalizada). Deste modo, a comorbidade dos transtornos pode ser isolada mediante análise da ocorrência que os desencadeia e os pensamentos associados.

GINSBURG et al., 2020 aponta que a fim de tentar minimizar os sintomas e diminuir o número de suicídios, o uso da terapia farmacológica vem sendo bastante recomendado, havendo uma diversidade de classes terapêuticas como os benzodiazepínicos, antipsicóticos, antidepressivos, betabloqueadores e ansiolíticos, que são capazes de estabilizar o quadro dos pacientes. Contudo, estes medicamentos convencionais apresentam efeitos colaterais indesejáveis como sedação, amnésia, dependência química e também riscos de interações com outros fármacos que agem no sistema nervoso central (SNC). Além disso, como levantado por HAUSER; KNAPP, 2018 e DOYLE et al., 2020, grande parte desses medicamentos podem causar dependência e tolerância, sendo esse um dos grandes fatores relacionados com o desuso desses medicamentos.

PLANTAS MEDICINAIS: CONCEITO HISTÓRICO DE UTILIZAÇÃO NO BRASIL:

IBIAPINA et al. 2014, lembrou que ao acompanhar todo o processo evolutivo da humanidade, a utilização de plantas em processos de tratamento de doenças e pragas foi passado de geração – geração. Com o passar das décadas, a evidencia da importância dessa opção de tratamento ficou ressaltada nas tradições principalmente em ambientes de situação carente.

O Brasil, devido a sua grande biodiversidade, assim alegado por FIRMINO; BINSFELD, 2013, detém um valioso conhecimento tradicional associado ao uso de plantas medicinais, uma vez que a intensa variedade de espécies vegetais faz com que as pesquisas e o próprio desenvolvimento de medicamentos fitoterápicos possam ocorrer com destaque no cenário científico mundial. É ressaltado ainda que as plantas medicinais têm recebido atenção especial, pelos diferentes significados que assumem como um recurso biológico e cultural, destacando o seu potencial genético para o desenvolvimento de novas drogas, sendo, portanto, uma alternativa na assistência à saúde de muitas comunidades.

O MINISTERIO DA SAUDE, 2012 em sua publicação evidencia a valorização do uso de medicamentos à base de plantas medicinais como finalidade terapêutica ou auxiliar paliativa se iniciou desde a Alma-Ata publicada pela OMS, onde já reconhecia a importância da evolução e valorização de práticas e técnicas de saúde tradicionalmente eficazes e ainda sua pesquisa. Esse apoio se deu mediante comprovação de que 80% da população utilizava a intervenção terapêutica com uso de indicações seguidas por tradições.

BATISTA et al. 2014 ressalva que como forma ativa, a atenção primaria da saúde brasileira tem recebido a implementação do uso de plantas medicinais como aliada para suprir a necessidade de medicamentos mais acessíveis que possam agregar a necessidade de tratamento a qual o usuário da rede pública carece. Em contra mão, GADELHA et al., tras a escassez de divulgação e educação sobre os programas como incentivo que acarreta a indução da pratica de comercialização indiscriminada, automedicação e consumo de medicamentos fitoterápicos sem a devida assistência e orientação para uso adequado e com garantia de eficácia.

FITOTERAPIA:

ROSA, CÂMARA, BÉRIA 2011, apontam o dado registrado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) que reconhece que 80% da população dos países em desenvolvimento utilizam práticas tradicionais nos seus cuidados básicos de saúde e 85% usam plantas ou preparações destas.

BRUNING et al., 2012, levantou quanto a relevância do uso dessa abordagem, afirmando que esta política representa o reconhecimento do avanço na comprovação científica da eficácia e da segurança das plantas medicinais e dos medicamentos fitoterápicos, o saber popular neste campo, e também constata que o uso da terapêutica centrada no uso de medicamentos sintéticos não cumpriu a promessa implícita e explícita de dar conta do tratamento das doenças, pelos altos custos, pelos significativos efeitos adversos que os têm pelos resultados nem sempre satisfatórios, o que tem levado grande número de pessoas a buscar formas alternativas de tratamento menos agressivas.

Os conflitos de caráter regional são apontados pelo CADERNO DE ATENÇÃO BÁSICA DO MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2012 que afirma que algumas plantas possuem diversos nomes distintos para uma mesma espécie vegetal variando de região para região, o que gera uma tendência a usos incorretos ou risco de ineficácia no uso da terapia. Há ainda a preocupação quanto aos constituintes da própria planta, que por sua vez, pode auxiliar em multi terapias como pode apresentar um risco maior em caráter toxicológico. Por esse motivo, eles acreditam na necessidade da pesquisa e investigação de caracterização fitoquímica, eficácia e toxicidade ter a cada dia mais importância e necessidade para garantir que o uso de um “medicamento totalmente natural” realmente seja isento de risco ou orientado corretamente.

MERCADO DA FITOTERAPIA

BATISTA et al. 2014 pontuou em seu artigo, quanto os avanços ocorridos na área científica, que permitiram o desenvolvimento de fitoterápicos reconhecidamente seguros e eficazes; o alto custo dos medicamentos industrializados; a falta de acesso da população à assistência médica e farmacêutica; a crise econômica; e, também, uma tendência da população em utilizar terapias menos agressivas, destinadas ao atendimento primário à saúde.

BRASIL, 2010 traz como uma grande vantagem da implementação da Fitoterapia à facilidade do seu acesso já que o tratamento fitoterápico pode ser feito através do medicamento industrializado, do medicamento manipulado ou através do uso da planta, mediante preparações caseiras.

Quanto a venda de produtos a base de fitoterápicos, CASTRO, 2016 expõe uma taxa importante no comércio mundial farmacêutico. Em uma grande parcela de países europeus e em países asiáticos, onde as terapias aplicadas em sua grande maioria são a base de plantas medicinais, é exigido leis sanitárias mais rígidas que comprovem a eficácia e a qualidade dos produtos a serem prescritos pelos clínicos.

Atualmente, de acordo com BRASIL, 2012, há fitoterápicos de 11 plantas relacionados na lista de plantas medicinais brasileiras, podendo ser adquiridos com recursos destinados à assistência farmacêutica na atenção básica, mediante decisão em consonância com diretrizes da PNPIC e PNPMF, que recomendam a facilitação do acesso à planta medicinal e ao fitoterápico.

VANTAGENS DA UTILIZAÇÃO DA FITOTERAPIA

BATISTA; PINTO 2014, configura a fitoterapia se a uma terapêutica integrativa extremamente útil, pois proporciona eficácia e o baixo custo operacional da utilização de plantas medicinais nos programas de atenção primária à saúde, podendo suprir a falta de medicamentos nos serviços de saúde

IBIAPINA et al. 2014 baseado em um estudo sobre a utilização de plantas medicinais e fitoterápicos no Sistema Único de Saúde brasileiro, destacaram-se diversos aspectos positivos do uso de plantas medicinais e vantagens da inserção de fitoterápicos na rede pública de serviços de saúde, entre eles: o baixo custo, a menor incidência de efeitos colaterais, além da ampla aceitação por parte dos usuários, ressaltando também a importância da relação e aproximação entre o meio científico e o popular.

CARACTERIZAÇÃO FITOQUÍMICA

SOLDATELLI, 2010 apontam que o conjunto dos ativos da valeriana provocam, associados o efeito farmacológico de calmante e sedativo leve ou sejam, efeitos análogos aos causados por fármacos comumente utilizados pela medicina tradicional.

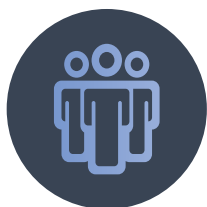
TAIBI, 2017 e PINHEIRO, 2013 priorizam os valpotriatos, pertencente a valeriana como autores de efeito tranquilizante, estando associado ao quadro de diminuição da ansiedade. Eles atuam diretamente nos centros emocionais provocando uma estabilidade autonômico-fisiológica.

Concluindo os dados sobre a composição química, PINHEIRO, 2013 responsabiliza os terpenos, representados principalmente pelos ácidos valerênicos por aumentar os níveis do mediador GABA no Sistema Nervoso Central provocando a inibição da enzima responsável por sua metabolização (GABA transaminase), induzindo deste modo efeitos tranquilizantes e propriedades sedativas leve. Assim como o papel feito pelas Lignanás, que também induzem a sedação.

POTENCIAL TERAPÊUTICO NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE

ZERAIK et al., 2010 pode resumir que se encontra na composição das plantas medicinais vários elementos que agem de diferentes formas nas zonas do sistema nervoso. Podem-se citar as que têm efeito sobre os nervos motores do sistema muscular, nos casos de sensação de dor e espasmos digestivos

Vidal; Toletto 2015 caracterizam ainda que somente a raiz da valeriana europeia é usada como uma droga oficial. A planta cortada e seca é usada em preparações de chás. Os produtos farmacêuticos são produzidos de extratos aquosos ou hidroalcoólicos. A raiz seca da valeriana contém em média 0,5 a 2% de óleo volátil. Estudos mais recentes mostraram um aumento na concentração de GABA nas fendas simpáticas após a administração de valeriana. Esses autores usaram um extrato de valeriana em vez de ácido valerênico isolado. O GABA considerado um neurotransmissor importante, que tem um papel chave no estresse e na ansiedade. O início tardio de ação distingue claramente a valeriana dos hipnóticos sintéticos.



CONCLUSÃO

De acordo com os dados levantados, é possível reconhecer uma taxa do potencial terapêutico da *Valeriana Officialis* no enfrentamento dos transtornos de ansiedade de grau leve e em situações de insônia. A *Valeriana* implementada na atenção de saúde básica se torna além de uma opção fitoterápica menos agressiva ao organismo do paciente, possibilita ainda um tratamento de baixo custo e de satisfatório benefício. Torna-se de extrema relevância a boa aceitação de pacientes nas terapias com o uso desta espécie, pois sua composição química em contato com o organismo, executa mecanismos de ação que podem se assimilar aos alopáticos. São importantes, as demais pesquisas quanto ao efeito da *Valeriana* associada a demais medicações já que até o presente momento, sua terapia deve ser usada em cautela e em casos de ansiedade em grau leve, não sendo recomendada a substituição total do uso de benzodiazepínicos sem orientação médica e que seja evitado a total auto-medicação.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Formulário de fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Brasília: ANVISA, Brasília - DF 2012. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2014/julho/14/Formulario-de-Fitoterapicos-da-Farmacopeia-Brasileira-sem-marca.pdf> . Acesso em 11, jan, 2021.
- BRUNING, M. C. R.; MOSEGUI, G. B. G.; VIANNA, C. M. M. A utilização da fitoterapia e de plantas medicinais em unidades básicas de saúde nos municípios de Cascavel e Foz do Iguaçu- Paraná: a visão dos profissionais de saúde. *Ciência saúde coletiva*, v. 17, n. 10, Foz do Iguaçu- PR, 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232012001000017> . Acesso em 10, nov, 2020.
- CASTRO, Rafaela; ALBIERO, Adriana. O mercado de matérias primas para indústria de fitoterápicos. *Revista Fitos*, v.10, Rio de Janeiro-RJ, Janeiro-Março, 2016. Acesso em 10, nov, 2020.
- DL Thiengo • 2014 • Citado por 87 — Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados: uma revisão sistemática. *J. bras. psiquiatr.* [online]. Rio de Janeiro – RJ, 2014, vol.63, n.4. Acesso em 15, nov, 2020.
- DOYLE, Timothy M. et al. Activation of sphingosine-1-phosphate receptor subtype 1 in the central nervous system contributes to morphine-induced hyperalgesia and antinociceptive tolerance in rodents. *Pain*, v. 161, n. 9, p. 2107-2118, 2020. Acesso em 10, out, 2020.
- FIGUEREDO, Climério; GURGEL, Idê; GURGEL JUNIOR, Garibaldi. A política nacional de plantas medicinais e fitoterápicos: construção, perspectivas e desafios. *Physis*. 2014 Disponíveis em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/fzMtXMF6QwLVHLk8nzxdFdM/?lang=pt> . Acesso em 21, jan, 2021.
- FIRMINO, F.C. BINSFELD, P.C. A biodiversidade brasileira como fonte de medicamentos para o SUS. Goiânia - GO, 2013, Disponível em: <https://silo.tips/download/a-biodiversidade-brasileira-como-fonte-de-medicamentos-para-o-sus>. Acesso: 02, nov, 2021.
- GADELHA, Claudia et al. Estudo bibliográfico sobre o uso das plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil. *Revista Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável*. Vol 8 N 5, p 208- 212, Mossoró – RN, Novembro, 2013. Acesso em 16, nov, 2020.
- GINSBURG, Golda S. et al. School-based treatment for anxiety research study (STARS): a randomized controlled effectiveness trial. *Journal of abnormal child psychology*, v. 48, n. 3, p. 407-417, 2020. Acesso em 13, Dez, 2020.
- HAUSER, Kurt F.; KNAPP, Pamela E. Opiate drugs with abuse liability hijack the endogenous opioid system to disrupt neuronal and glial maturation in the central nervous system. *Frontiers in pediatrics*, v. 5, p. 294, Richmond, VA, Estados Unidos, 2018. Acesso em 29, nov, 2020.
- Ibiapina, W., Leitão, B., Batista, M., & Pinto, D. (2014). Inserção da Fitoterapia na atenção primária aos usuários do SUS. *Revista De Ciências Da Saúde Nova Esperança*, 12(1), 60- 70. Acesso em 10, jan, 2021.
- Machado, Isabella Mary Alves Reis, Sônia Carine Cova... AGANIL, C. A.; FERNANDA, S. B. Uso popular de plantas medicinais no tratamento da ansiedade. Feira de Santana – BA, 2016. Acesso em 30, dez, 2020.

MINISTERIO DA SAÚDE, Plantas Medicinais e Fitoterapia na Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica, n. 31. Brasília – DF. 2012. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/praticas_integrativas_complementares_plantas_medicinais_cab31.pdf. Acesso: 01, outubro de 2020

MOCHCOVITCH, Marina. Transtornos de ansiedade. RBM Revista Brasileira de Medicina, vol 67 n 11, p 390 a 399, São Paulo – SP, Novembro, 2010.

MONDIN, Thaíse Campos et al. Anxiety disorders in young people: a population-based study. Rev. Bras. Psiquiatr. [online], São Paulo – SP, 2013, vol.35, n.4, pp.347-352. Acesso em 01, nov, 2020.

NUNES, Ana et al, Utilização da Valeriana nas perturbações de ansiedade e do sono. Acta MedPort, Matosinhos- PT, 2011. Acesso em 20, fev, 2021.

Oliveira Filho, A. A. Importância da monitoria de Fundamentos da Fitoterapia aplicados à Odontologia: Um relato de experiência. Revista Brasileira De Educação e Saúde, 10(2), 146-149, Campina Grande – PB, 2020. Acesso em 22, jan, 2021.

ROSA, Carolina; CAMARA, Sheila G; BERIA, Jorge U. Representações e intenção de uso da fitoterapia na atenção básica à saúde. Ciência & Saúde Coletiva, v.16, n.1, p.311-318, Canoas-RS, 2011. Acesso em 30, set, 2020.

SOLDATELLI, Mariana. Valeriana officinalis: uma alternativa para o controle da ansiedade odontológica? Stomatos, Canoas – RS, v.16, n.30, p.89-97, Janeiro-Junho, 2010. Acesso em 14, set, 2020.

SUDATI, Jéssie. Avaliação do potencial terapêutico da Valeriana officinalis e do disseleneto de difenila frente à toxicidade induzida por rotenona em *Drosophila Melanogaster*. Tese de doutorado, Santa Maria – RS, Brasil, Março, 2012.

E. M. Valeriana Officinalis L no tratamento da insônia e ansiedade. Ivaiporã- PR, Braz. J. Surg. Clin. Res. Ivaiporã, v. 9, n. 1, p. 78-83, 2014-2015. 20 ago. 2020.

WHO. Depression and other common mental disorders: global health estimates. OMS, Jeddah, Novembro, 2017. Disponível em: https://applications.emro.who.int/docs/EM_RC53_12_en.pdf?ua=1 . Acesso em 13, set, 2020.

ZERAIK, Maria. Maracujá: um alimento funcional?. Revista Brasileira de Farmacognosia, São Carlos-SP, v. 20, p. 459-471, Junho, 2010. Acesso em 24, ago, 2020.