

# O USO DOS FITOTERÁPICOS EM PACIENTES COM DEPRESSÃO

## AUTORES

**Vitor Monteiro de AQUINO**

Discente da União das Faculdades dos Grandes Lagos - UNILAGO

**Marcela Petrolini CAPOBIANCO**

Docente da União das Faculdades dos Grandes Lagos - UNILAGO

## RESUMO

A depressão é um transtorno de humor grave frequente que, recentemente vem atingindo jovens e idosos e torna-se mais evidente neste século por razões ainda não muito esclarecidas. Sabe-se que a depressão é uma doença caracterizada, principalmente, por um transtorno de humor grave e que os medicamentos fitoterápicos podem ser responsáveis por várias doenças, assim ressalta-se a importância do conhecimento de alguns medicamentos fitoterápicos responsáveis por controlar o humor. Objetivou-se com este trabalho demonstrar as principais causas e sintomas da depressão e relatar como os fitoterápicos podem controlar o humor.

## PALAVRAS - CHAVE

Depressão, Fitoterápico, Erva-de-São-João, Kava-kava, *Hypericum perforatum*.

# 1. INTRODUÇÃO

## 1.1. Depressão

A depressão é um transtorno de humor grave freqüente que, recentemente vem atingindo jovens e idosos e torna-se mais evidente neste século por razões ainda não muito esclarecidas (ANDRADE et al ., 2019).

O paciente com depressão apresenta sentimentos e pensamentos de pessimismo, desamparo, tristeza profunda, descontentamento físico, comprometimento no julgamento cognitivo, dentre outros sintomas. Estudos ressaltam que pessoas que passam por situações como conflitos, perdas, limitações físicas, carência afetiva dentre outros, estão suscetíveis a aderir esta síndrome (SOUGEY, AZEVEDO & TAVEIRA et al ., 2001)

Segundo a OMS, a síndrome depressiva será a segunda maior causa de incapacitação ao trabalho no século XXI. Cerca de 45% de pacientes que sofreram infarto, apresentam vivências de episódio depressivo (VEIGA et al ., 2003).

A depressão é confundida com estresse ou tristeza, porém o termo em si é muito mais intenso e considerado como uma profunda impotência funcional perante a vida (SOUZA et al ., 2001).

Pesquisas indicam que as causas da depressão estão ligadas a um problema específico como por exemplo: histórico familiar, perda, doenças físicas, acontecimentos estressantes, drogas ou uso abusivo de medicamentos (PEREIRA et al ., 2017).

O indivíduo diagnosticado com depressão apresenta falta de motivação, diminuição do comportamento instrumental adaptativo, estado de ânimo irritável, alteração do apetite, alteração do sono, alteração da atividade motora, cansaço, baixa auto-estima, sentimento de culpa, dificuldades na concentração ao pensar, idéias de morte, suicídio ou tentativas de suicídio. Os sintomas da depressão afetam diversas áreas da vida do paciente. Contudo pode-se agrupar os sintomas a 5 áreas distintas; tais como: humor, cognição ou pensamento, aspectos somáticos, expressão corporal e vida social (MENDEZ ; OLIVARES ; ROZ , 2005).

Os sintomas relacionados com o humor do paciente é a tristeza, emotividade, angústia, irritabilidade, ansiedade, anedonia e desmotivação (GARCIA et al ., 2010).

Os sintomas relacionados com a cognição ou pensamento é o baixo rendimento intelectual, falta de fé em si, em Deus, na vida, nas pessoas e nos tratamentos, sentimentos de inferioridade, rejeição ou abandono, auto-imagem negativa, falta de sentido na vida dentre outros. Os sintomas relacionados aos aspectos somáticos é a insônia, hipersonia, perda de apetite, aumento de apetite, diminuição da libido, redução do interesse sexual e também apresenta baixa no sistema imunológico. Os sintomas relacionados à expressão corporal são: cabeça baixa, peito embutido, coluna curvada; despreocupação com a aparência, respiração superficial, movimentos lentos e contidos, dificuldade em olhar as pessoas nos olhos. Os sintomas relacionados à vida social é o isolamento, desinteresse pelos estudos e desinteresse pelo trabalho. Atualmente, médicos e psicólogos consideram de forma mais ponderada as causas da depressão como uma origem orgânica, que provocam alterações psicológicas, ou também tendo como base a esfera psicológica que leva as disfunções neuroquímicas. Já nos transtornos depressivos normalmente há a coexistência de fatores psicológicos e orgânicos. Os fatores psicológicos estão envolvidos com a personalidade, conteúdos inconscientes e sistema de crenças, já os fatores orgânicos estão ligados aos aspectos fisiológicos (influência genética) (GARCIA et al ., 2010).

Além do tratamento convencional em pacientes com depressão, pesquisas científicas apontam que o uso de fitoterápicos representa uma maneira segura e eficaz, assim como os ansiolíticos (SARRIS et al ., 2009).

Dados da OMS, afirmam que cerca de 65-80% da população dos países em desenvolvimento têm o uso

dos fitoterápicos como a única forma de acesso aos cuidados básicos. Os usos dessas plantas medicinais auxiliam no tratamento, cura e prevenção de doenças, sendo assim são uma das formas de terapia mais antiga (SOUZA et al ., 2013).

## 1.2 Medicamentos Fitoterápicos

A fitoterapia é descrita como sendo um recurso terapêutico, caracterizado pelo uso de plantas medicinais que podem apresentar diferentes formas farmacêuticas. São de origem vegetal e não contém a utilização de substâncias ativas isoladas (REIS et al ., 2014).

A utilização dos medicamentos fitoterápicos tem como objetivo: prevenir, curar ou minimizar os sintomas das doenças.

Por serem produtos naturais, apresentam-se eficientes quando comparado aos medicamentos produzidos pela síntese química. No entanto, em seu processo de transformação de uma planta em um medicamento é fundamental visar à preservação da integridade química e farmacológica deste vegetal; garantindo a sua constante ação biológica, a segurança do seu uso e valorizando também o seu potencial terapêutico (MIGUEL et al ., 1999).

## 1.3 Tipos de Medicamentos Fitoterápicos no Controle da Depressão

Na atualidade, são considerados tipos de antidepressivos fitoterápicos: *Valeriana officinalis*, *Passiflora incarnata*, *Melissa officinalis*, *Ginko biloba*, *Rhodiola rosea*, *Hypericum perforatum* L. (erva de São João) e *Piper methysticum* (Kava-kava). São medicamentos de grande destaque para transtornos como ansiedade e depressão, devido a muitos estudos clínicos que alegam a efetividade desses medicamentos (BORGES et al ., 2019).

A *Hypericum perforatum* L. é uma planta herbácea e pertence a família *Hypericaceae*, presente na Europa, Ásia, África do Norte e América do Norte; onde popularmente é conhecida como Erva-de-São-João, mas apresenta outras nomeações como: alecrim-bravo, hipérico ou hipericão (SOUZA et al ., 2020).

Compostos como antraquinosas, flavonoides e floroglucinóis prenilados são geralmente encontrado nas flores.

Estudos comprovaram que o extrato obtido através da *Hypericum perforatum* apresentou resultados mais eficazes comparados ao cloridrato de fluoxetina (PAVANELLI et al ., 2021).

Dados baseados em estudos feitos nos Estados Unidos, Alemanha, China e Dinamarca, mostraram que a utilização do extrato para o tratamento da depressão resultou em uma melhora à adesão pelos usuários, uma vez que, os efeitos adversos foram menores em comparação aos medicamentos convencionais (BEZERRA et al ., 2019).

Figuras 1e 2: Erva-de-São-João



Figura 2.



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Rhodiola rosea* L. é uma planta herbácea e pertence à família *Crassulaceae*, presente na Ásia e Europa, também conhecida como “Golden Root”, Coroa dourada ou Raiz do rei (MARQUES et al ., 2019).

Em relação a sua composição mostrou-se eficaz para o tratamento da depressão o composto 5-HTP. Ele produz a serotonina e a noradrenalina, que são capazes de inibir a MAO-A e MAO-B (monoamina oxidases), que são isoenzimas. Dessa maneira, estimula-se a liberação de dopamina.

Estes compostos são alcançados por meio do extrato da *Rhodiola rosea* (PAVANELLI et al ., 2021).

Figuras 3 e 4: *Rhodiola rósea* L.



Figura 4.

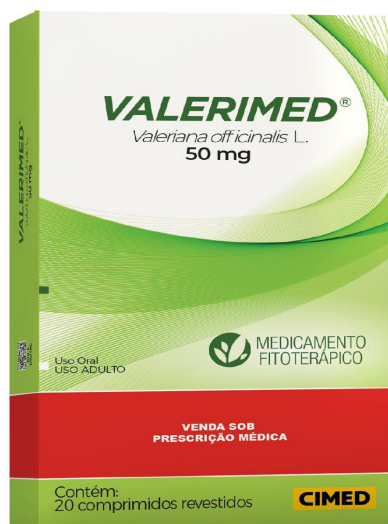


Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Valeriana officinalis* é uma espécie tradicional indicada para casos de ansiedade e depressão leve; porém devem ser usados sob prescrição médica; já que apresentam maior número de contra-indicações e interações medicamentosas (LORENZI e MATOS et al ., 2008).

Figuras 5 e 6: *Valeriana officinalis*

Figura 6



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Passiflora incarnata* é uma planta herbácea e pertence à família das *Passifloraceae*; presentes no Sul da América do Norte, também conhecido como Maracujá. Tem como princípio ativo Flavonóides, C-glicosídeos e Alcalóides (harmana) abrangendo efeitos sedativos, calmantes e soníferos hipnóticos (MARQUES et al ., 2019).



Figuras 7 e 8: *Seakalm*



Figura 8.



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Melissa officinalis* é uma planta herbácea e pertence à família das *Labiatae*, presentes em inúmeros países incluindo o Brasil. Conhecida popularmente como Erva cidreira. As folhas dessa espécie são ricas em tanino, flavonóides e óleos essenciais. Estão sendo utilizadas na medicina popular na forma de infusão (DUKIC et al., 2004).

Essa planta é capaz de reduzir níveis elevados de estresse, ansiedade, tensão e insônia. (TAIWO et al., 2012).

Figuras 9 e 10: *Melissa officinalis*

Figura 10



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Piper methysticum* é uma planta medicinal que apresenta alfa-pironas, denominadas cavactonas ou cavapironas, onde atuam no sistema nervoso central (SNC); são capazes de inibir diversas formas do citocromo P450, podendo causar interações farmacocinéticas, com possíveis efeitos tóxicos. As cavactonas ou cavapironas apresentam ações farmacológicas ansiolíticas e sedativas, sendo assim podem ser relacionadas ao tratamento da depressão (BARBOSA et al., 2013).

Figuras 11e 12: *Matricaria recutita* (Kava-kava)

Figura 12.



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

A *Matricaria recutita* é uma planta medicinal pertencente à família das *Ginkgoaceae*, presente na Coreia,

China e Japão. Tem como princípio ativo os flavonóides sesquiterpenos, diterpenos e ginkgolídeos que ajudam a melhorar o funcionamento do corpo ao lidar com níveis elevados de cortisol e adrenalina (BARBOSA et al., 2013).

Figuras 13 e 14: *Chamomila*

Figura 14.



Fonte: <http://www.googleimagens.com.br>

#### 1.4 Comercialização de Fitoterápicos

Por serem produtos de venda livre, os fitoterápicos estão ligados diretamente a automedicação e a orientação farmacêutica (DIAS et al., 1997).

O uso racional de medicamentos segue na obtenção do melhor efeito, por um curto período de tempo e a um custo acessível. Porém a prática demonstra que raramente esses medicamentos são utilizados de forma racional (ARIAS et al., 1999).

Ansiolíticos em destaque como Kava-kava (*Piper methysticum*) e Erva-de-São-João (*Hypericum perforatum*) são medicamentos que podem ser comercializados apenas com a prescrição de um médico, devido a possíveis riscos de hepatotoxicidade (BRASIL et al., 2014).

#### 1.5 Principais Efeitos Colaterais dos Fitoterápicos

*Hypericum perforatum* é utilizado para o tratamento de depressão leve a moderada. Seus principais efeitos colaterais são: problemas gastrintestinais como vômitos, náuseas, dor abdominal e diarreia (GOLDSTEIN e GOODNICK et al., 1998).

*Rhodiola rosea* é utilizada para o controle da fadiga mental, onde atua como antioxidante, antidepressivo e ansiolítico. Seus principais efeitos colaterais são mínimos, como a irritabilidade, insônia e agitação, porém o medicamento maior deve ser utilizado em pacientes com a doença da bipolaridade (BRAGADA et al., 2013).

*Valeriana officinalis* é utilizada para o tratamento da insônia, depressão, ansiedade, angústia, leves desequilíbrio do sistema nervoso e condições nervosas e freqüentemente é utilizado em combinações com outros fitoterápicos (BALLONE et al., 2005).

Em relação aos seus efeitos colaterais, são praticamente isentos quando ministrado em doses recomendadas, não são potencializados pelo álcool, não causam dependência física e/ou psicológica, não apresenta nenhuma potencialização de efeito do medicamento (DEF et al.; 2005/06).

*Passiflora incarnata* atua como antiespasmótico, antieplético, antiamático, narcótico, antihistérico, ansiolítico e sedativo.

Seus principais efeitos colaterais são: fadiga, náusea, vômitos, cólicas e sonolência. Também pode ocorrer o aumento da sonolência quando houver a ingestão de bebidas alcoólicas e/ou outras drogas. Altas doses deste fármaco ministrado com outros tipos de medicamento, como antiplaquetário e anti-inflamatórios não esteroidais podem provocar hemorragias (LOPES et al., 2017).

*Melissa officinalis* é utilizada no tratamento para controlar emoções (crises nervosas, taquicardia, melancolia, histeria e ansiedade). Este fármaco é isento de efeitos colaterais, no entanto alguns pacientes podem apresentar náuseas, aumento do apetite, tontura e sonolência.

*Piper methysticum* é utilizada no tratamento para promover o bem-estar, reduzir ansiedade e a fadiga. Seus principais efeitos colaterais são reações alérgicas, queixas gastrintestinais, cefaléia, tontura, pigmentação da pele, fadiga matinal, dentre outros; se utilizada por uso prolongado. Pacientes com problemas hepáticos e gestantes não devem fazer o uso deste medicamento (PERES et al., 2014; BRASIL et al., 2016).

*Matricaria recutita* L. é utilizada no tratamento para ansiedade, sintomas depressivos e também funcionam como agente microbiano.

Em relação aos efeitos colaterais, pode ocorrer hipersensibilidade aos demais componentes da fórmula,

pois por conter metilparabeno e propilparabeno, podem ocorrer reações tardias como dermatite de contato/eczema durante o tratamento.

## 1.6 Uso Incorreto dos Fitoterápicos e Suas Consequências

Medicamentos como *Piper methysticum* é contra-indicado em pacientes transplantados e reduz o efeito dos anticoagulantes e anticoncepcionais.

Outro medicamento é a *Rhodiola rosea* que é contra-indicado em pacientes com bipolaridade (PACHECO et al., 2021).

Todos os fitoterápicos citados neste estudo são contra-indicados em pacientes que apresentam problemas hepáticos; incluindo "*Hypericum perforatum*" que é contra-indicado em mulheres gestantes e em lactação, e também deve ser evitado o consumo de bebida alcoólica (SILVA et al., 2020).

## 2. JUSTIFICATIVA

O uso de plantas para cura e prevenção de doenças é uma das mais antigas formas de tratamento.

Sabe-se que a depressão é uma doença caracterizada, principalmente, por um transtorno de humor grave e que os medicamentos fitoterápicos podem ser responsáveis por tratar várias doenças, assim ressalta-se a importância do conhecimento de alguns medicamentos fitoterápicos responsáveis por controlar o humor.

## 3. OBJETIVOS

Demonstrar as principais causas e sintomas da depressão.

Relatar como os medicamentos fitoterápicos podem atuar no controle do humor.

Alertar sobre o uso correto do medicamento fitoterápico visando à eficácia no tratamento.

## 4. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica baseada na busca de artigos científicos nas bases de dados como: Google Acadêmico, Scielo, Pubmed, no período de Agosto à Novembro. As palavras-chaves utilizadas para esta busca foram: Depressão, Fitoterápico, Erva-de-São-João, Kava-kava, *Hypericum perforatum*.

## 5. CONCLUSÕES

Conclui-se que:

As principais causas da depressão são: histórico familiar, transtornos psiquiátricos correlatos, estresse crônico, ansiedade crônica, disfunções hormonais, dependência de álcool e drogas ilícitas e traumas psicológicos. Em relação aos sintomas, os mais comuns são: sensação de vazio ou tristeza, falta de vontade para realizar atividades que davam prazer, falta de energia e cansaço constante, irritabilidade, dores e alterações no corpo, problemas de sono, perda de apetite, falta de concentração, pensamento de morte e suicídio, abuso de álcool e drogas e lentidão.

Os medicamentos fitoterápicos podem atuar como ansiolíticos e sedativos leves, além de auxiliar no tratamento sintomático da ansiedade e insônia leve, controlando também o humor do paciente.

O uso correto dos medicamentos fitoterápicos visa à eficácia e qualidade do tratamento por controlar estes sintomas, para que assim não ocorra o agravamento no caso do paciente.

## 6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALEXANDRE, Rodrigo Fernandes. **Fitoterapia Baseada em Evidências: Medicamentos Fitoterápicos Elaborados com Ginkgo, Hipérico, Kava e Valeriana**. 2005. Disponível em: <<https://www.latamjpharm.org/>>. Acesso em 12 out. 2021.

BEZERRA, Andrefferson Luan Dantas. **Uso da Planta Medicinal Erva-de-São-João (*Hypericum perforatum*) no Tratamento da Depressão**. 2019. Disponível em: <<https://dspace.sti.ufcg.edu.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

CORDEIRO, C.H.G., **Interações Medicamentosas de Fitoterápicos e Fármacos: *Hypericum perforatum* e *Piper methysticum***. 2005. Disponível em <<https://www.scielo.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

DIAS, Adriana Rute de Oliveira. **Fitoterapia do Sistema Nervoso Central: O Uso de Fitoterápicos no Tratamento da Depressão**. 2019. Disponível em: <<https://estudogeral.sib.uc.pt/>>. Acesso em 12 out. 2021.

MEIRA, Messulan Rodrigues. **Plantas Medicinais, Produção e Cultivo da *Melissa officinalis* no Brasil**. 2013. Disponível em <<https://www.conhecer.org.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

NUNES, Aline. **Utilização da Planta medicinal Erva-de-São-João no Tratamento de Depressão**. 2018. Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

PAVANELLI, André Silveira. **Fitoterápicos no Controle da Depressão e Ansiedade**. 2021.

Disponível em: <<https://repositorio.ufu.br> >. Acesso em: 12 out. 2021.

PEREIRA, Isabella de Oliveira. Prevalência de Fitoterápicos Entre Estudantes da Área da Saúde: **Análise do Conhecimento e da Utilização para Tratamento de Ansiedade e Depressão**. 2021. Disponível em: <<https://repositorio.uniceub.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

RATES, Stela Maris Kuze. **Promoção do Uso Racional de Fitoterápicos: Uma abordagem no ensino de Farmacognosia**. 2001. Disponível em: <<https://www.scielo.br/>>. Acesso em 12 out. 2021.

SEQUEIRA, Eliana Bragada. **Plantas com Ação Adaptogénica Usadas no Combate ao Stress: *Panax ginseng* e *Rhodiola rósea***. 2013. Disponível em <<https://estudogeral.sib.uc.pt/>>. Acesso em 12 out. 2021.

SILVA, Eliana L. Pereira. **Avaliação do Perfil de Produção de Fitoterápicos para o Tratamento de Ansiedade e Depressão pelas Indústrias Farmacêuticas Brasileiras**. 2020. Disponível em: <<https://www.brazilianjournals.com>>. Acesso em 12 out. 2021.

SOLDATELLI, Mariana Varaschin. ***Valeriana officinalis*: Uma Alternativa para o controle da Ansiedade**. 2010. Disponível em <<https://www.redalyc.org>>. Acesso em 12 out. 2021.