

UTILIZAÇÃO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

AUTORES

Juliesly Aparecido LEAL

Discente da União das Faculdades dos Grandes - UNILAGO

Marcela Petrolini CAPOBIANCO

Docente da União das faculdades dos Grandes Lagos - UNILAGO

RESUMO

Os medicamentos fitoterápicos e seus derivados estão entre os principais recursos terapêuticos da medicina tradicional e vêm há muitos anos sendo utilizados pela população brasileira nos seus cuidados à saúde. Este trabalho teve como objetivo evidenciar a utilização de fitoterápicos para o tratamento da depressão, visando seus benefícios, posologias e ação terapêutica. A importância do estudo das plantas medicinais no tratamento para depressão deve-se ao fato de que o Brasil possui a maior taxa de pessoas com depressão da América Latina. Com isso, surge a questão do abuso de substâncias antidepressivas acarretando em efeitos indesejáveis, ocasionados tanto pela inespecificidade farmacológica como pela superdosagem. A estratégia de busca de artigos foi baseada na pesquisa nas bases eletrônicas MEDLINE (National Library of Medicine, Estados Unidos), LILACS (Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciências da Saúde), SCIELO, bibliotecas especializadas de Universidades, PUBMED e do Google Acadêmico. Conclui-se que a depressão pode ser prejudicial tanto para o indivíduo quanto para os familiares e a sociedade, uma vez que essa doença acaba interferindo em todo o convívio social. Ao utilizar medicamentos fitoterápicos para o seu tratamento, o paciente poderá ter seu estado patológico revertido em saúde e bem-estar com menos efeitos adversos e menor chance de dependência medicamentosa.

1. INTRODUÇÃO

As plantas medicinais possuem um fator de grande importância para a manutenção das condições de saúde das pessoas. Além da comprovação da ação terapêutica de várias plantas utilizadas popularmente, a fitoterapia representa parte importante da cultura de um povo sendo também parte de um saber utilizado e passado pelas populações ao longo de várias gerações (BONIL; BUENO, 2014).

Os medicamentos fitoterápicos e seus derivados estão entre os principais recursos terapêuticos da medicina tradicional e vem há muitos anos sendo utilizado pela população brasileira nos seus cuidados à saúde. A importância em utilizar essas plantas para fins terapêuticos está no baixo custo, eficácia e por ser um produto natural e saudável. A valorização na utilização destas plantas é de suma importância, tanto para uso de âmbito sanitário como no cuidado da própria saúde (NUNES, 2018).

A depressão é uma patologia psiquiátrica que atinge atualmente cerca de 300 milhões de pessoas em todo o mundo, sendo classificada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como o “maior contribuinte de incapacidade para a atividade produtiva”. A doença depressiva afeta indivíduos de qualquer gênero ou idade e se caracteriza por provocar perdas de motivação, interesse e prazer para realizar as mais diversas atividades diárias, perda de energia e humor deprimido, pensamentos negativos e persistentes (DIAS, 2019).

Os tratamentos terapêuticos disponíveis nos dias atuais para a depressão foram desenvolvidos para atuar, sobretudo, na modulação da neurotransmissão, no entanto, estes fármacos possuem efeitos adversos significativos, ocasionam síndrome de abstinência e não conseguem fazer com que se atinja a remissão completa da doença (CESKOVA; SILHAN, 2018).

Assim sendo, uma patologia com uma grande implicação na qualidade de vida dos indivíduos, é fundamental que se procurem formas complementares de contornar as limitações terapêuticas convencionais. Com isso, a fitoterapia recorre a propriedades de espécies vegetais podendo trazer alguns benefícios adicionais para os doentes com depressão (LEONE et al., 2018).

1.1 Fitoterapia no Brasil

A fitoterapia consiste na utilização interna ou externa das plantas, no manuseio de suas partes, na forma in natura ou de medicamentos que possuam finalidade terapêutica. O Brasil é considerado um país com diversas variedades de plantas que possuem efeitos terapêuticos. Sua biodiversidade é considerada uma das mais ricas do mundo, pois possui inúmeras espécies vegetais com potencial medicinal (SILVA et al., 2015).

A Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), estabelece que as plantas medicinais são aquelas capazes de aliviar ou curar enfermidades e possui tradição de uso como remédio em uma população ou comunidade. E os medicamentos fitoterápicos são aqueles em que a planta medicinal passa por um processo de industrialização para obtenção do medicamento, sendo caracterizado pelo conhecimento científico da eficácia e dos riscos de seu uso. O processo de industrialização evita contaminações por microrganismos, agrotóxicos e substâncias estranhas, além de padronizar a quantidade e forma certa que deve ser usada, permitindo assim uma maior segurança e confiabilidade do uso (BETT, 2013).

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), 80% da população dos países em desenvolvimento fazem uso de práticas tradicionais na atenção primária à saúde e, desse total, 85% fazem uso de plantas medicinais. No Brasil, 20% da população consomem 63% dos medicamentos alopáticos, o restante utiliza produtos de origem natural especialmente as plantas, como uma fonte alternativa de medicação (MACEDO, 2016).

Atualmente muitas indústrias farmacêuticas vêm buscando utilizar na composição de seus medicamentos, substâncias de origem vegetal, buscando dessa forma, reduzir os custos com medicamentos sintéticos, fazendo com que a população se beneficie com os melhores preços, visto que os medicamentos sintéticos na grande maioria das vezes possui um valor elevado e inacessível nas farmácias e drogarias do nosso país (GADELHA et al. 2013).

1.2 Depressão: definição, diagnóstico e etiologia

A depressão é considerada um tipo de transtorno de humor que provoca alterações corporais, mentais e distúrbio no humor. Um conjunto de sintomas que podem persistir por semanas, meses e até anos, alterando assim a capacidade do indivíduo de realizar atividades rotineiras, interferindo de forma significativa na qualidade de vida pessoal, social e profissional. Além disso, é considerado um transtorno de humor crônico e recorrente, que resulta em forte impacto na qualidade de vida do paciente e seus familiares. Caracterizado por sentimento de culpa, tristeza, pessimismo, redução de apetite, dificuldade de concentração, perda da libido e aumento da irritabilidade (BEZERRA, 2019).

Segundo Duailibi e Silva (2014) os critérios utilizados para o diagnóstico e classificação dos estados depressivos se encontram no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) (Quadro 1).

Quadro 1: Critérios utilizados para o diagnóstico do estado depressivos segundo a DSM-5

1 – Humor deprimido na maior parte do dia, quase todos os dias, conforme indicado por relato subjetivo ou por observação feita por outras pessoas.
2 – Acentuada diminuição do interesse ou prazer em todas ou quase todas as atividades na maior parte do dia.
3 – Perda ou ganho significativo de peso sem estar fazendo dieta ou redução ou aumento do apetite quase todos os dias.
4 – Insônia ou hipersonia quase todos os dias.
5 – Agitação ou retardo psicomotor quase todos os dias.
6 – Fadiga ou perda de energia quase todos os dias.
7 – Sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inapropriada quase todos os dias.
8 – Capacidade diminuída para pensar ou se concentrar, ou indecisão, quase todos os dias.
9 – Pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida recorrentes em um plano específico, uma tentativa de suicídio ou plano específico para cometer suicídio.

Fonte: (DUAILIBI; SILVA, 2014).

Sabe-se que a depressão é uma patologia cuja etiologia apresenta uma grande heterogeneidade, causada por diferentes fatores biológicos, genéticos, sociais, psíquicos e bioquímicos. No entanto, a origem exata desta perturbação psiquiátrica ainda não é totalmente conhecida, apesar de todas as investigações existentes (DIAS, 2019).

1.3 Tratamentos fitoterápicos para depressão

Nos últimos anos, a investigação e desenvolvimento de espécies vegetais com possível aplicação na área da psicofarmacologia têm crescido de forma significativa, devido, sobretudo aos efeitos adversos ocasionados pelos fármacos convencionais e também à necessidade urgente de terapias medicamentosas com maior eficácia. Apesar da terapia com fitoterápicos não ser totalmente livre de efeitos adversos, estas normalmente são procuradas como complemento ou alternativa às terapêuticas convencionais, sendo por isso, objeto de estudo, para avaliação da segurança, uma vez que essas substâncias podem apresentar resultados mais favoráveis (DIAS, 2019).

1.3.1 *Piper methysticum*

O *Piper methysticum* (kawa kawa) é uma espécie com o maior número de estudos controlados envolvendo pacientes com transtornos de ansiedade, indicando atividade ansiolítica. Pertence à família Piperaceae, é conhecida popularmente como pimenta intoxicante, kava, pimenta kava e raiz kava. Possui como características, a forma de um arbusto alto, podendo atingir até 15m de altura. É bem ramificada, sendo suas ramificações grosseiras e razoavelmente succulentas, ereto, robusto, perene (Figura 1) (TAVARES, 2003; CORDEIRO; CHUNG; SACRAMENTO, 2005).

Figura 1: *Piper methysticum*



Fonte: (TAVARES, 2003).

Dentre os constituintes químicos, podemos encontrar várias substâncias presentes, porém a α -pironas denominadas cavalactonas são responsáveis pela sua atividade farmacológica. As cavalactonas inibem diversas isoformas do citocromo P450, causando assim inúmeras interações, pois, diminui a metabolização podendo induzir a toxicidade (SANTANA; SILVA, 2015).

1.3.2 *Passiflora incarnata* L.

A *Passiflora incarnata* apresenta atividade neurofarmacológica, indicada no tratamento da ansiedade e insônia. Possui ação ansiolítica e age como um depressor inespecífico do sistema nervoso central. Em seus constituintes encontra-se alcalóides, flavonóides, glicosídeos cianogênicos, fração de esteroides e saponinas. Devido a sua ação sedativa e tranquilizante, ocorre a probabilidade de interagir com hipnóticos e ansiolíticos, intensificando suas ações (SANTANA; SILVA, 2015).

Passiflora incarnata é uma planta rasteira perene, que se sustenta por meio de gavinhas axilares. Suas folhas são alternadas, palmadas, com três a cinco lóbulos serrados. Possui flores largas, solitárias, com pendúnculos longos, esbranquiçados, com um coroa roxa e coroa rosa. Os frutos são ovais contendo numerosas sementes (Figura 2) (BRASIL, 2015).

Figura 2: *Passiflora incarnata* L.



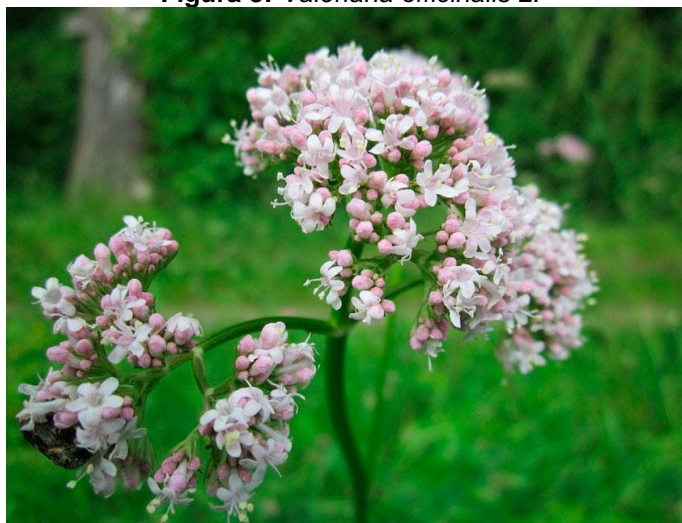
FONTE: (BRASIL, 2015).

1.3.3 *Valeriana officinalis* L.

A Valeriana possui eficácia contra ansiedade, angústia, leves desequilíbrios do sistema nervoso e não possui contraindicações. Ainda não determinaram quais constituintes são responsáveis pela ação sedativa. Pode ser que a Valeriana atue sobre o neurotransmissor GABA, já que a elevação desse neurotransmissor está associada à redução da atividade do SNC e essa ação pode estar implicada na atividade sedativa (SANTANA; SIVLA, 2015).

A composição química da Valeriana varia de acordo com sua subespécie, variedade, idade da planta, condições de crescimento, idade e tipo de extrato. Sua raiz possui muitos componentes entre eles estão bicíclicos, óleos voláteis, lignanas e alcalóides (Figura 3) (VIDAL; TOLEDO, 2014).

Figura 3: *Valeriana officinalis* L.



FONTE: (VIDAL; TOLEDO, 2014).

1.3.4 *H. Perforatum*

O *H. Perforatum* é um dos poucos depressivos naturais, sendo considerado como uma alternativa eficaz a outros agentes terapêuticos em relação ao tratamento da depressão. A espécie *H. Perforatum* pertence à família Hypericaceae, é uma planta herbácea perene, encontrada na Europa, Ásia, norte da África e nos Estados Unidos.

É normalmente conhecida como hipérico, alecrim-bravo, orelha-de-gato, arruda-de-São-Paulo, arruda-do-campo, erva-de-são-joão (ALVES et al. 2014).

Caracteristicamente, a planta apresenta tamanho médio de 50cm, podendo atingir até cerca de 1m. É composta por flores amarelas, pentâmeras e pequenas, nas flores possui a presença de pequenos pontos escuros com uma pigmentação marrom-avermelhada (Figura 4), cresce em áreas ensolaradas, secas e até arenosas de origem euro-asiáticas. Suas folhas contêm glândulas pequenas e translúcidas, o caule é arredondado e a raiz possui consistência lenhosa e resistente (BEZERRA, 2019).

Figura 4: *Hypericum perforatum* L.



Fonte: (BEZERRA, 2019).

Sua atividade é conhecida desde a antiguidade, no entanto, o interesse científico em suas propriedades medicinais é recente. O extrato *H. Perforatum* é utilizado no tratamento de depressão leve a moderada, com perfil de tolerabilidade superior aos antidepressivos sintéticos. Através da análise de preparações farmacêuticas contendo *H. Perforatum* observa-se a presença de diversos contribuintes, tais como a hiperforina, hipericina e diferentes flavonoides, e que sua eficácia baseia-se não apenas no metabolismo de um desses princípios, mas sim no conjunto deles (CORDEIRO; CHUNG; SACRAMENTO, 2005; BEZERRA, 2019).

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivos gerais

Este trabalho teve por objetivo evidenciar a utilização de fitoterápicos para o tratamento da depressão, visando seus benefícios, posologias e ação terapêutica.

2.2 Objetivos específicos

- Relatar as principais causas e diagnóstico da depressão;
- Descrever os principais medicamentos fitoterápicos utilizados para o tratamento da depressão;
- Relatar o mecanismo de ação dos fitoterápicos no tratamento da depressão.

3 METODOLOGIA

A estratégia de busca de artigos foi baseada em pesquisa nas bases eletrônicas MEDLINE (National Library of Medicine, Estados Unidos), LILACS (Literatura Latinoamericana e do Caribe em Ciências da Saúde), SCIELO, bibliotecas especializadas de Universidades, PUBMED e do Google Acadêmico.

As palavras-chave utilizadas para busca foram: Fitoterápicos. Depressão. Efeitos Adversos. Tratamento.

4 CONCLUSÃO

Conclui-se que as principais causas da depressão são a solidão, abuso de álcool e drogas, doenças crônicas, problemas familiares, entre outros. O diagnóstico é realizado por meio da observação dos sintomas apresentados que podem ser a tristeza recorrente, a falta de interesse ou prazer diminuído em atividades rotineiras, problemas com alimentação ou sono, ganho ou perda de peso excessivo, agitação ou apatia.

De acordo com a pesquisa evidencia-se que os principais medicamentos fitoterápicos utilizados para tratar a depressão são: *Piper methysticum* (kawa kawa), *Passiflora incarnata*, valeriana, *H. Perforatum*.

Sabendo que o mecanismo de ação de cada fitoterápico pode controlar o humor, a kawa kawa age sobre o corpo com um efeito calmante, de forma direta e benéfica sem comprometer outras funções do organismo. A passiflora age no sistema nervoso central, relaxando as tensões musculares. A valeriana age de forma relaxante, auxiliando no combate a insônia. Por fim a *H. Perforatum* age como um potente antidepressivo natural, atuando no organismo da mesma maneira que a fluoxetina, por exemplo.

A depressão pode ser prejudicial tanto para o indivíduo quanto para os familiares e a sociedade, uma vez que essa doença acaba interferindo em todo o convívio social. Ao utilizar medicamentos fitoterápicos para o seu tratamento, o paciente poderá ter seu estado patológico revertido em saúde e bem-estar com menos efeitos adversos e menor chance de dependência medicamentosa.

5.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, A. et al. **Aspecto botânicos, químicos, farmacológicos e terapêuticos do Hypericum perforatum L.** Revista Brasileira de Plantas Medicinais, Botucatu, v.16, n.3, p. 593-606, jul.-set. 2014.

BETT, M. S. **O uso popular de plantas medicinais utilizadas no tratamento da ansiedade no município de Galvão-SC.** 2013. 65f., Dissertação (Graduação em Ciências Biológicas) – Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2013.

BEZERRA, A. L. D. **Uso da planta medicinal erva-de-são-jão (Hypericum perforatum) no tratamento da depressão.** 2019. 37f., Dissertação (Bacharel em Farmácia) – Universidade Federal de Campina Grande, Cuité, 2019.

BEHNKE, K. et al.. **Hypericum perforatum versus fluoxetine in the treatment of mild to moderate depression.** Advances In Therapy, v.19, n.1, p. 43-52, 2002.

BONIL, L. N.; BUENO, S. M. **Plantas medicinais: benefícios e malefícios.** 2014. 14f., Dissertação (Graduação em Farmácia) – União das Faculdades dos Grandes Lagos, São José do Rio Preto, 2014.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Monografia da espécie Passiflora incarnata Linnaeus (maracujá-vermelho).** 85f.,

Brasília, 2015.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Portaria nº. 971, de 03 de maio de 2006.** Aprova a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde. Diário Oficial da União, Brasília, mai. 2006.

CESKOVA, E.; SILHAN, P. **Novel treatment options in depression and psychosis.** *Neuropsychiatr. Dis. Treat.*, v.14, p. 741–747, 2018.

CORDEIRO, C. H. G.; CHUNG, M. C.; SACRAMENTO, L. V. S. **Interações medicamentosas de fitoterápicos e fármacos: *Hypericum perforatum* e *Piper methysticum*.** *Rev. Bras. De Farmacognosia*, v. 15, n. 3, p. 272-278, jul.-set. 2005.

Dantas, L. P. Et al. **Effects of *Passiflora incarnata* and midazolam for control of anxiety in patients undergoing dental extraction.** *Medicina Oral Patología Oral y Cirugía Bucal*, v. 22, n.1, p.95-101, 2017.

DIAS, A. R. O. **Fitoterapia do Sistema Nervoso Central: O uso do *Crocus sativus* L. no tratamento da depressão.** 2019. 93f., Dissertação (Mestrado em Ciências Farmacêuticas) – Universidade de Coimbra, Coimbra, jul. 2019.

DUALIBI, K.; SILVA, A. S. M. **Depressão: critérios do DSM-5 e tratamento.** *Revista Brasileira de Clínica e Terapêutica*, v. 40, n. 1, p. 27-32, 2014.

GADELHA, C. S. Et al. **Estudo bibliográfico sobre o uso das plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil.** *Rev. Verde de Agroecologia e Desenvolvimento Sustentável*, v. 8, n. 5, p. 208-212, dez. 2013.

LEONE, S. Et al. **Phytotherapeutic use of the *Crocus sativus* L. (Saffron) and its potential applications: A brief overview.** *Phytotherapy Research*, v. 32, n. 12, p. 2364–2375, 2018.

MACEDO, J. A. B. **Plantas medicinais e fitoterápicos na atenção primária à saúde: contribuição para profissionais prescritores.** 2016. 58f., Monografia (Especialização em Gestão da Inovação em Medicamentos da Biodiversidade) – FIOCRUZ, Rio de Janeiro, 2016.

NICOLETTI, M. A. Et al. **Principais alterações no uso de medicamentos fitoterápicos.** *Rev. Infarma*, São Paulo, v. 19, n. 2, 2007.

NUNES, A. **Utilização da planta medicinal erva-de-são-joão (*Hypericum perforatum* L.) no tratamento de depressão.** *Rev. Visão Acadêmica*, Curitiba, v. 19, n. 3, jul.-set., 2018.

PAVANELLI, A. S.; POVH, J. A. **Uso de fitoterápicos no controle da depressão e ansiedade.** 2021. 23f., Dissertação (Bacharel em Ciências Biológicas) – UFU, Ituiutaba, jun. 2021.

SANTANA, G.; SILVA, A. M. **O uso de plantas medicinais no tratamento da ansiedade.** III Simpósio de Assistência Farmacêutica, São Paulo, mai. 2015.

SARRIS, J. Et al. **The Kava Anxiety Depression Spectrum Study (KADSS): a randomized, placebo-controlled**

crossover trial using an aqueous extract of Piper methysticum. Psychopharmacology, v. 205, n.3, p.399-407, 2009.

SILVA, N. C. S. **A utilização de plantas medicinais e fitoterápicos em prol da saúde.** 2015. 5f., Dissertação (Graduação em Farmácia) – Faculdade Única de Ipatinga, Ipatinga, 2015.

TAVARES, A. A. **Avaliação da Atividade Neuroprotetora do Extrato de Kava (Piper Methysticum) em Modelos in vitro de Lesão Celular.** 2003. 74f., Dissertação (Mestre em Bioquímica) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2003.

VIDAL, R. J. L.; TOLEDO, C. E. M. **Valeriana officinalis L., no tratamento da insônia e ansiedade.** Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research, v. 9, n. 1, p. 78-83, dez. 2014.