



FACULDADES NOVA ESPERANÇA – FACENE
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FARMÁCIA

CAMILY VERÔNICA SOUZA DA SILVA

**AVALIAÇÃO DOS PRODUTOS NATURAIS E FITOTERÁPICOS PARA SAÚDE
MENTAL COMERCIALIZADOS EM UMA FARMÁCIA COMUNITÁRIA DE JOÃO
PESSOA-PB**

JOÃO PESSOA

2025

CAMILY VERÔNICA SOUZA DA SILVA

AVALIAÇÃO DOS PRODUTOS NATURAIS E FITOTERÁPICOS PARA SAÚDE MENTAL COMERCIALIZADOS EM UMA FARMÁCIA COMUNITÁRIA DE JOÃO PESSOA-PB

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Farmácia da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança – FACENE, como pré-requisito para obtenção do grau de Bacharel em Farmácia.

ORIENTADORA: Prof.^a Dra. Élide Batista Vieira Sousa Cavalcanti

JOÃO PESSOA

2025

R618a

Silva, Camily Verônica Souza da

Avaliação dos produtos naturais e fitoterápicos para saúde mental comercializados em uma farmácia comunitária de João Pessoa-PB / Camily Verônica Souza da Silva. – João Pessoa, 2025.

31f.; il.

Orientadora: Prof.^a Dra. Élide Batista Vieira Sousa Cavalcanti.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Farmácia) – Faculdade Nova Esperança - FACENE

1. Fitoterápicos. 2. Plantas Medicinais. 3. Transtornos Mentais. 4. Uso Racional de Medicamentos. 5. Assistência Farmacêutica. I. Título.

CDU: 633.88:616.8

CAMILY VERÔNICA SOUZA DA SILVA

**AVALIAÇÃO DOS PRODUTOS NATURAIS E FITOTERÁPICOS PARA SAÚDE
MENTAL COMERCIALIZADOS EM UMA FARMÁCIA COMUNITÁRIA DE JOÃO
PESSOA-PB**

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Orientadora: Dra. Élide Batista Vieira Sousa Cavalcanti
Faculdades de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)

Prof.^a Dra. Maria Denise Leite Ferreira
Faculdades de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)

Profa. Dra. Kívia Sales de Assis
Faculdades de Enfermagem Nova Esperança (FACENE)

AGRADECIMENTOS

Agradeço, primeiramente, a Deus e à Nossa Senhora, pela força, coragem e sabedoria concedidas ao longo desta caminhada. Sem a presença divina e a luz que guiou meus passos, a conclusão deste trabalho não seria possível.

À minha família, meu alicerce e porto seguro, especialmente aos meus pais Márcia Souza e Sebastião Ricardo, que se dedicaram com amor e empenho a cuidar de mim, trabalhando incansavelmente para me oferecer as melhores oportunidades. Agradeço por acreditarem em mim, apoiarem minhas decisões e me incentivarem a nunca desistir dos meus sonhos.

À minha irmã Clara Regina, pela convivência, carinho e incentivo constante, que me motivam a ser uma pessoa e profissional melhor a cada dia.

Aos meus amigos de trabalho, pela compreensão, paciência e apoio durante toda a trajetória acadêmica. A presença e o incentivo de cada um foram essenciais para que eu conseguisse conciliar as responsabilidades profissionais com os estudos.

Em especial, à Vitória Idalina, pela paciência, dedicação e disponibilidade em compartilhar seus conhecimentos e experiências profissionais, contribuindo significativamente para o meu aprendizado. Estendo também minha sincera gratidão a Denilson Silvestre, pelo apoio constante, pela colaboração nos momentos de dificuldade e pela generosidade com que sempre me auxiliou.

Agradeço, de forma especial, à minha amiga Isabela Lira, pela amizade, apoio e incentivo incondicional ao longo desta jornada. Sua presença foi fundamental nos momentos de superação e conquistas. Sou grata pelos ensinamentos, pela parceria e por todo o companheirismo demonstrado.

Aos meus colegas de turma, pela convivência agradável, pela troca de conhecimentos e pela parceria construída ao longo do curso. Cada momento compartilhado, seja em sala de aula ou nas atividades acadêmicas, contribuiu para o meu crescimento pessoal e profissional.

Aos professores, mestres que conduziram meu aprendizado com paciência e dedicação, agradeço pelos ensinamentos, pela inspiração e por acreditarem no meu potencial.

Em especial, à minha orientadora Dra. Élide Batista Vieira Sousa Cavalcanti, registro meu profundo reconhecimento e gratidão pela orientação, disponibilidade e competência, que foram fundamentais para a realização deste trabalho e para o meu amadurecimento acadêmico.

Às professoras Dra. Maria Denise Leite Ferreira e Dra. Kívia Sales de Assis, membros desta banca examinadora, agradeço pelas valiosas contribuições, observações e sugestões que enriqueceram significativamente esta pesquisa.

Encerro estes agradecimentos expressando minha profunda gratidão a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a concretização deste trabalho. Cada gesto de apoio, palavra de incentivo e demonstração de carinho foi essencial para que eu alcançasse esta conquista.

RESUMO

O crescente interesse da população por terapias alternativas, especialmente aquelas baseadas em produtos naturais, tem impulsionado o uso de medicamentos fitoterápicos para o tratamento de transtornos psiquiátricos, como a ansiedade. Essa condição é caracterizada por preocupação excessiva, persistente e difícil de controlar, afetando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Nesse cenário, os fitoterápicos vêm sendo utilizados como alternativa aos psicofármacos convencionais, por apresentarem, em muitos casos, menor risco de efeitos adversos. O presente estudo teve como objetivo realizar uma análise quali-quantitativa dos medicamentos fitoterápicos para ansiedade mais comercializados em uma farmácia comunitária no município de João Pessoa – PB, no período de 2021 a 2024. Trata-se de uma pesquisa descritiva, com abordagem quantitativa, baseada na análise de registros de vendas, complementada por levantamento de informações técnico-científicas sobre as espécies utilizadas. Os dados foram analisados usando Excel® 2019. A análise dos dados revelou um total de 993 dispensações de fitoterápicos utilizados na saúde mental no período de 2021 a 2024, evidenciando a relevância dessa alternativa terapêutica no contexto da farmácia investigada. Os resultados indicaram que o *Seakalm* 260mg, à base de *Passiflora incarnata*, foi o fitoterápico mais vendido, representando 54,08% das dispensações, seguido pelo *Sominex* Composto (21,55%), que associa *Valeriana officinalis*, *Passiflora incarnata* e *Crataegus spp.* Os demais medicamentos apresentaram menor participação, incluindo formulações com melatonina (1,01%). As formas farmacêuticas sólidas (comprimidos e drágeas) foram as mais predominantes. A análise reforçou o papel das espécies *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis* e *Crataegus spp.* como principais representantes da fitoterapia ansiolítica no contexto estudado. Conclui-se que os fitoterápicos têm se consolidado como opções terapêuticas acessíveis e bem aceitas pela população, sobretudo em um país com alta prevalência de transtornos ansiosos como o Brasil. A atuação do farmacêutico se mostrou essencial para garantir o uso racional e seguro desses medicamentos, evitando interações medicamentosas e promovendo orientações individualizadas.

Palavras chaves: Fitoterápicos; Plantas medicinais; Transtornos Mentais; Uso racional de medicamentos; Assistência Farmacêutica.

ABSTRACT

The growing public interest in alternative therapies, especially those based on natural products, has driven the use of herbal medicines for the treatment of psychiatric disorders, such as anxiety. This condition is characterized by excessive, persistent, and difficult-to-control worry, significantly affecting individuals' quality of life. In this context, herbal medicines have been used as an alternative to conventional psychotropic drugs, as they often present a lower risk of adverse effects. This study aimed to conduct a qualitative and quantitative analysis of the most commonly sold herbal medicines for anxiety in a community pharmacy in the city of João Pessoa – PB, from 2021 to 2024. This is a descriptive study with a quantitative approach, based on the analysis of sales records, complemented by a survey of technical and scientific information on the species used. The data were analyzed using Excel® 2019. The data analysis revealed a total of 993 dispensations of herbal medicines used in mental health between 2021 and 2024, highlighting the relevance of this therapeutic alternative in the context of the investigated pharmacy. The results indicated that Seakalm 260mg, based on *Passiflora incarnata*, was the best-selling herbal medicine, representing 54.08% of dispensations, followed by Sominex Composto (21.55%), which combines *Valeriana officinalis*, *Passiflora incarnata*, and *Crataegus* spp. The other medications had a smaller share, including formulations with melatonin (1.01%). Solid pharmaceutical forms (tablets and dragees) were the most predominant. The analysis reinforced the role of the species *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis*, and *Crataegus* spp. as the main representatives of anxiolytic herbal medicine in the studied context. In conclusion, herbal medicines have become established as accessible and well-accepted therapeutic options for the population, especially in a country with a high prevalence of anxiety disorders like Brazil. The pharmacist's role has proven essential in ensuring the rational and safe use of these medications, preventing drug interactions and providing individualized guidance.

Key words: Herbal remedies; Medicinal plants; Mental disorders; Rational use of medicines; Pharmaceutical care.

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	8
2	OBJETIVOS	9
2.1	OBJETIVO GERAL	9
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
3	REVISÃO DE LITERATURA	10
3.1	PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS	10
3.2	TRANSTORNOS MENTAIS	12
3.3	USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS E A IMPORTÂNCIA DA ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA.....	14
4	METODOLOGIA	17
5	RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
	REFERÊNCIAS	25

1 INTRODUÇÃO

A ansiedade é uma condição comum que pode se manifestar de maneira fisiológica e psicológica, afetando significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. O transtorno de ansiedade, caracterizado por sintomas persistentes como nervosismo excessivo, insônia e dificuldades de concentração, tem sido amplamente discutido na literatura científica, especialmente devido ao seu impacto na saúde pública (Oliveira *et al.*, 2025).

O tratamento convencional inclui o uso de psicofármacos, como benzodiazepínicos e antidepressivos, que, apesar da eficácia, podem causar efeitos adversos e dependência (Lisboa; Colli, 2021). Nesse contexto, os medicamentos fitoterápicos surgem como uma alternativa promissora para o manejo da ansiedade, apresentando menor incidência de efeitos colaterais e um perfil de segurança mais favorável (Silva; Silva; Pontes Neto, 2024).

Esses dados apontam para um aumento significativo na utilização de fitoterápicos no tratamento de distúrbios psiquiátricos, especialmente no Brasil, que possui uma vasta biodiversidade de plantas medicinais com propriedades ansiolíticas (Carvalho Baiense, 2023). Plantas como *Passiflora incarnata* (maracujá), *Valeriana officinalis* (valeriana), *Melissa officinalis* (erva-cidreira) e *Piper methysticum* (kava-kava) têm sido amplamente estudadas devido à sua ação sobre o sistema nervoso central, promovendo relaxamento e redução dos sintomas ansiosos (Mesquita Scaglioni; Grasselli, 2025).

Apesar dos avanços na aceitação da fitoterapia como alternativa viável ao tratamento farmacológico convencional, a prescrição e o uso desses medicamentos ainda enfrentam desafios, especialmente no que se refere ao conhecimento sobre sua eficácia, interações medicamentosas e controle de qualidade. Muitos pacientes optam pelo uso de fitoterápicos sem acompanhamento adequado, o que pode comprometer a segurança do tratamento e levar a efeitos indesejados (Lima *et al.*, 2022). Além disso, a ausência de regulamentação rigorosa pode resultar na comercialização de produtos sem comprovação científica suficiente (Rodrigues; Alves, 2023).

A importância do estudo reside na sua contribuição para a área da saúde, especialmente no que se refere à fitoterapia aplicada ao tratamento da ansiedade. Ao analisar os padrões de dispensação de fitoterápicos ansiolíticos, espera-se fornecer subsídios para o aprimoramento das políticas públicas voltadas à regulação e ao incentivo ao uso responsável dessas substâncias. Além disso, o estudo pode auxiliar profissionais de saúde na orientação de pacientes sobre os benefícios e riscos associados ao uso desses medicamentos (Silva *et al.*, 2019).

2 OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Realizar uma avaliação quali-quantitativa dos fitoterápicos e suplementos para saúde mental mais comercializados em uma farmácia comunitária, no período de 2021 a 2024.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Executar um levantamento dos medicamentos fitoterápicos e suplementos mais vendidos através de dados coletados no sistema da farmácia comunitária;
- Descrever as informações mais pertinentes sobre os principais fitoterápicos em espécies de plantas medicinais, concentração, forma farmacêutica, indicação terapêuticas e contraindicações;
- Elaborar um folder com informações para o uso consciente de plantas medicinais na saúde mental.

3 REVISÃO DE LITERATURA

3.1 PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS

O uso de plantas medicinais é uma prática milenar, presente nas mais diversas culturas, e representa uma das formas mais antigas de cuidado com a saúde. A Organização Mundial da Saúde (OMS) define planta medicinal como qualquer vegetal que contenha substâncias capazes de promover efeitos terapêuticos ou que sirvam como base para a fabricação de medicamentos (Cunha *et al.*, 2021). No Brasil, esse conhecimento é amplamente difundido por meio da tradição oral, sendo comum o uso doméstico de plantas como erva-cidreira, camomila e boldo, principalmente entre as populações de menor acesso aos serviços convencionais de saúde.

Os medicamentos fitoterápicos, por sua vez, são definidos pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) como aqueles obtidos exclusivamente de matérias-primas ativas vegetais, com eficácia e segurança comprovadas, e que apresentam constância de qualidade (ANVISA, 2010 apud Cunha *et al.*, 2021). Diferem-se das plantas medicinais *in natura* por passarem por processos tecnológicos de produção e controle de qualidade farmacêutica, o que garante padronização e segurança em seu uso.

O Brasil, com sua enorme biodiversidade vegetal, abrigando cerca de 20% de todas as espécies do planeta, possui grande potencial para o desenvolvimento de medicamentos fitoterápicos. Contudo, ainda enfrenta desafios relacionados à regulamentação, padronização e incentivo à pesquisa científica (Lima-Saraiva *et al.*, 2015; Silva *et al.*, 2021). A Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF), instituída em 2006 pelo Ministério da Saúde, foi um marco importante na tentativa de integrar esses recursos à assistência farmacêutica no Sistema Único de Saúde (SUS).

A PNPMF visa garantir o acesso seguro e racional a fitoterápicos e plantas medicinais, além de fomentar o desenvolvimento da cadeia produtiva e incentivar a pesquisa científica. A política também está articulada à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que legitima o uso da fitoterapia no SUS como prática terapêutica reconhecida (Silva *et al.*, 2021). Apesar disso, muitos municípios ainda não implementaram de forma efetiva essas diretrizes, seja por falta de capacitação dos profissionais de saúde, seja pela ausência de apoio técnico e financeiro.

Do ponto de vista farmacêutico, os fitoterápicos representam uma área de atuação crescente. O profissional farmacêutico possui um papel essencial na orientação sobre o uso adequado desses medicamentos, prevenindo riscos relacionados à automedicação, interações

medicamentosas e reações adversas (Carneiro; Comarella, 2016). A literatura científica aponta que compostos de plantas como *Hypericum perforatum* (hipérico), *Ginkgo biloba*, *Kava-kava* e *Valeriana officinalis* podem interagir com diversos fármacos, modificando sua eficácia ou toxicidade (Carneiro; Comarella, 2016; Lima *et al.*, 2022).

Além disso, muitas pessoas acreditam, erroneamente, que produtos naturais não causam danos à saúde. No entanto, plantas medicinais contêm princípios ativos com potencial farmacológico e, quando utilizadas de forma indiscriminada, podem causar efeitos colaterais ou mascarar sintomas de doenças mais graves (Velasco *et al.*, 2023; Ribeiro, 2021). A educação em saúde e a orientação profissional são, portanto, essenciais para a promoção do uso racional desses recursos.

A produção de fitoterápicos deve obedecer a critérios rigorosos quanto à qualidade da matéria-prima, incluindo a correta identificação botânica, cultivo adequado, controle de contaminantes, e técnicas de secagem e armazenamento que preservem os princípios ativos (Velasco *et al.*, 2023). A utilização de adubos verdes, rotação de culturas e práticas sustentáveis são estratégias fundamentais para garantir a qualidade dos bioativos e minimizar impactos ambientais.

A legislação brasileira determina que os fitoterápicos devem seguir as normas da RDC nº 26/2014 da Anvisa, que regulamenta o registro, notificação e comercialização desses produtos no país. Essa regulamentação busca assegurar que os fitoterápicos oferecidos no mercado apresentem qualidade, segurança e eficácia, ainda que muitas vezes se baseiem no uso tradicional e na medicina popular (Brasil, 2014).

Na prática clínica, o uso de fitoterápicos tem ganhado espaço como alternativa ou complemento aos tratamentos convencionais. Casos como os de insônia e ansiedade, por exemplo, têm sido tratados com compostos naturais como *Passiflora incarnata*, *Melissa officinalis* e *Valeriana officinalis*, que demonstram ação sedativa e ansiolítica (Rogério; Ribeiro, 2021). Apesar dos benefícios, o uso concomitante com benzodiazepínicos pode provocar efeitos adversos ou potencialização indesejada do tratamento (Lima *et al.*, 2022).

Estudos realizados em comunidades mostram que, apesar da ampla utilização de plantas medicinais, há um desconhecimento generalizado sobre os riscos do uso sem prescrição e sobre suas interações com medicamentos convencionais (Cunha *et al.*, 2021). Isso reforça a necessidade de inserção dos fitoterápicos de forma mais estruturada nas práticas de atenção básica e na formação dos profissionais da saúde.

A implantação efetiva da fitoterapia no SUS exige uma atuação multiprofissional, com capacitação permanente dos profissionais e ações educativas voltadas para a população. A

promoção do uso seguro e racional dos fitoterápicos está diretamente ligada à consolidação de uma política pública que reconheça o valor da medicina tradicional, sem perder de vista os critérios científicos de qualidade e eficácia (Sacramento *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2021).

As plantas medicinais e os medicamentos fitoterápicos representam uma alternativa terapêutica relevante e culturalmente significativa no contexto brasileiro. Seu uso, entretanto, exige responsabilidade técnica, regulamentação adequada e integração com as práticas clínicas farmacêuticas e médicas. O fortalecimento das políticas públicas, aliado à capacitação profissional e ao incentivo à pesquisa científica, é fundamental para garantir o acesso seguro e eficaz a esses recursos terapêuticos.

3.2 TRANSTORNOS MENTAIS

Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que os transtornos de ansiedade estão entre as principais causas de incapacitação global, afetando milhões de pessoas e comprometendo suas atividades diárias, produtividade e relações interpessoais (Mesquita Scaglioni; Grasselli, 2025).

A ansiedade é uma emoção humana natural, frequentemente vivenciada em resposta a situações novas, desafiadoras ou ameaçadoras. Quando transitória, atua como um mecanismo adaptativo que prepara o organismo para enfrentar adversidades. Contudo, quando ocorre de forma persistente, exagerada e sem justificativa clara, pode configurar um transtorno de ansiedade (Frota *et al.*, 2022). Nessa condição, o indivíduo apresenta sofrimento psíquico intenso e prejuízos significativos em sua vida social, profissional e emocional.

Os transtornos de ansiedade compreendem um grupo heterogêneo de condições psiquiátricas que têm em comum a presença de medo ou ansiedade excessivos. De acordo com o *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5) e a Classificação Internacional de Doenças (CID-11), essas condições incluem transtorno de ansiedade generalizada (TAG), fobias específicas, transtorno do pânico, agorafobia e transtorno de ansiedade social (Frota *et al.*, 2022). Cada subtipo possui características próprias, mas todos compartilham sintomas como tensão, irritabilidade, inquietação, distúrbios do sono e sintomas somáticos diversos.

O TAG é caracterizado por uma preocupação persistente, excessiva e difícil de controlar com múltiplos aspectos da vida cotidiana, como trabalho, saúde e finanças. Os sintomas incluem fadiga, dificuldade de concentração, irritabilidade, tensão muscular e distúrbios do sono (Lopes *et al.*, 2021). Frequentemente subdiagnosticado, o TAG pode se manifestar de

forma silenciosa, mas compromete significativamente a funcionalidade e qualidade de vida do paciente.

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é o país com maior prevalência de transtornos de ansiedade no mundo, com uma média de 9,3% da população afetada. Durante a pandemia de COVID-19, esse índice aumentou drasticamente, devido ao isolamento social, medo da doença, instabilidade financeira e perda de entes queridos (Matias; Lima, 2022). Profissionais da saúde, em especial, estiveram entre os grupos mais vulneráveis ao agravamento de sintomas ansiosos nesse período (Pereira *et al.*, 2021).

Além das causas psicossociais e ambientais, os transtornos de ansiedade estão associados a fatores genéticos, neurobiológicos e bioquímicos. Estudos demonstram alterações nos sistemas serotoninérgico e noradrenérgico, além de disfunções no eixo hipotálamo-hipófise-adrenal, responsáveis pela regulação do estresse (Baklizi *et al.*, 2021). A nutrição, por exemplo, tem se mostrado relevante para o equilíbrio neuroquímico, sendo associada à prevenção e redução dos sintomas por meio de substâncias como triptofano, ômega-3 e vitaminas do complexo B.

A manifestação clínica da ansiedade envolve tanto sintomas psicológicos quanto físicos. Entre os mais comuns estão: preocupação constante, sensação de apreensão, dificuldade para relaxar, medo sem causa aparente, sudorese, taquicardia, tremores, tontura, náuseas e sensação de falta de ar (Fonseca, 2023). Em muitos casos, esses sintomas se confundem com outras condições clínicas, o que pode atrasar o diagnóstico correto.

Do ponto de vista histórico, os transtornos ansiosos passaram por diversas reformulações diagnósticas nas classificações psiquiátricas. Até os anos 1970, eram agrupados como "neuroses" nas classificações da OMS e da APA. Com o DSM-III (1980) e a CID-10 (1992), houve uma redefinição e categorização dos diferentes tipos de transtornos ansiosos, com maior especificidade dos critérios diagnósticos (Frota *et al.*, 2022).

O tratamento dos transtornos de ansiedade pode envolver intervenções psicoterapêuticas, farmacológicas e mudanças no estilo de vida. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é considerada o padrão-ouro em psicoterapia, sendo eficaz na reestruturação de pensamentos disfuncionais e no enfrentamento de gatilhos emocionais (Lopes *et al.*, 2021). Além disso, práticas como o exercício físico regular têm demonstrado benefícios no alívio dos sintomas, devido à liberação de neurotransmissores como dopamina, serotonina e endorfina (Correa *et al.*, 2022).

Em relação à farmacoterapia, os medicamentos de primeira linha incluem os Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS) e os Inibidores da Recaptação de Serotonina e

Noradrenalina (IRSN). Em casos mais graves, podem ser utilizados ansiolíticos como os benzodiazepínicos, embora seu uso deva ser restrito a curto prazo devido ao risco de dependência e tolerância (Barbosa *et al.*, 2021).

Entretanto, a fitoterapia se apresenta como uma alternativa acessível e de menor risco quando comparada aos ansiolíticos sintéticos, que podem causar dependência e efeitos colaterais adversos (Aguiar *et al.*, 2025). Estudar o consumo desses medicamentos em farmácias comunitárias permite avaliar seu papel na promoção da saúde mental e no acesso da população a terapias mais seguras e naturais.

Apesar de suas propriedades benéficas, o uso dessas substâncias requer orientação profissional, visto que podem ocorrer interações medicamentosas e efeitos adversos se utilizadas de forma inadequada (Carneiro; Comarella, 2016). Assim, o papel do farmacêutico na orientação quanto à escolha, posologia e segurança do uso desses fitoterápicos é fundamental para garantir um tratamento eficaz e seguro.

É importante destacar que o tratamento deve ser individualizado, considerando as características do paciente, a gravidade do quadro e os riscos e benefícios de cada abordagem. O uso racional de medicamentos e o acompanhamento psicoterapêutico contínuo são essenciais para a remissão dos sintomas e para a prevenção de recaídas. O reconhecimento precoce dos transtornos de ansiedade e o acesso a tratamentos eficazes são fundamentais para a saúde pública, especialmente considerando sua alta prevalência, impacto funcional e associação com outras condições como depressão, abuso de substâncias e suicídio.

3.3 USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS E A IMPORTÂNCIA DA ASSISTÊNCIA FARMACÊUTICA

O uso racional de medicamentos (URM) é definido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como a situação em que os pacientes recebem medicamentos apropriados às suas necessidades clínicas, nas doses corretas, pelo período adequado e ao menor custo possível para si e para a comunidade. No entanto, estima-se que mais da metade dos medicamentos são prescritos, dispensados ou vendidos de forma inadequada em diversos países, resultando em sérios prejuízos à saúde pública e ao orçamento dos sistemas de saúde (Silva *et al.*, 2021).

Entre os principais problemas relacionados ao uso irracional de medicamentos estão a automedicação, a polifarmácia, o uso incorreto de antibióticos e a duplicidade de tratamento. Tais práticas não só contribuem para o aumento da resistência microbiana e das reações

adversas, como também impactam negativamente a adesão ao tratamento e a eficácia terapêutica (Lima *et al.*, 2017; OMS, 2021).

Nesse contexto, a assistência farmacêutica se apresenta como uma ferramenta essencial para promover o URM. Trata-se de um conjunto de ações voltadas ao cuidado com a saúde que envolve a seleção, programação, aquisição, armazenamento, distribuição, dispensação e uso racional de medicamentos. O farmacêutico, nesse processo, atua diretamente junto ao paciente e à equipe de saúde, realizando acompanhamento farmacoterapêutico, promovendo educação em saúde e prevenindo riscos associados à terapêutica medicamentosa (Silva; Nogueira, 2021).

Em especial, a atenção farmacêutica tem se mostrado eficaz em populações vulneráveis, como os idosos em uso de polifarmácia. Estudos demonstram que a presença do farmacêutico reduz significativamente a ocorrência de reações adversas, melhora a adesão ao tratamento e diminui as internações hospitalares. A intervenção sistemática na farmacoterapia contribui para identificar medicamentos potencialmente inapropriados e ajustar doses conforme o perfil clínico do paciente (Manso; Biffi; Gerardi, 2015; Unutmaz *et al.*, 2018).

A atuação do farmacêutico também é indispensável para a redução de custos com medicamentos e com internações evitáveis. O uso de protocolos clínicos, a educação continuada da equipe de saúde e a implementação de serviços clínicos farmacêuticos (como revisão da farmacoterapia e consulta farmacêutica) são estratégias efetivas para garantir a segurança do paciente e a eficácia do tratamento (Gutiérrez *et al.*, 2020; OMS, 2021).

No caso dos medicamentos fitoterápicos, o uso racional torna-se ainda mais urgente. Assim, muitas pessoas recorrem a alternativas naturais sem o devido acompanhamento profissional, acreditando que, por serem de origem vegetal, são completamente seguras (Pereira; Silva, 2018). Conforme estudos apontam, a falta de informações sobre possíveis interações medicamentosas e dosagens adequadas pode comprometer a eficácia do tratamento e gerar riscos à saúde (Lima *et al.*, 2022). No entanto, estudos mostram que alguns fitoterápicos podem apresentar efeitos adversos ou interagir com outros medicamentos, reforçando a necessidade de um uso mais consciente e embasado em evidências científicas (Silva *et al.*, 2019).

Apesar de derivados de plantas medicinais, esses produtos não são isentos de riscos. Muitos pacientes os utilizam com a crença equivocada de que “por serem naturais, não fazem mal”, o que estimula a automedicação e o uso concomitante com fármacos sintéticos, sem considerar possíveis interações e efeitos adversos (Monte; Gomides, 2021).

O uso indiscriminado de fitoterápicos pode causar intoxicações, reações adversas graves e redução da eficácia terapêutica de outros medicamentos. Plantas como o *Ginkgo biloba*, por

exemplo, podem potencializar o risco de sangramentos quando utilizadas com anticoagulantes; já a *Passiflora incarnata* pode intensificar o efeito de sedativos e hipnóticos, acarretando riscos importantes ao paciente (Souza *et al.*, 2019; Silva *et al.*, 2008).

A atuação do farmacêutico é de grande importância para orientar o uso correto dos fitoterápicos, desde a indicação adequada até o monitoramento de efeitos colaterais e interações medicamentosas. A farmacovigilância para produtos fitoterápicos ainda é principiante no Brasil, e cabe ao profissional de saúde reforçar a importância da notificação de eventos adversos e da educação sanitária como ferramentas de prevenção (Turolla; Nascimento, 2006; Silveira *et al.*, 2008).

Além disso, a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, instituída pela Portaria nº 2.960/2008, e a RDC nº 26/2014 da Anvisa representam importantes marcos regulatórios para garantir a segurança e eficácia desses produtos. Tais normas estabelecem critérios para registro, controle de qualidade e boas práticas de fabricação, devendo ser seguidas rigorosamente por farmacêuticos e demais profissionais da saúde (BRASIL, 2008; ANVISA, 2014).

Portanto, promover o uso racional de medicamentos, com ênfase nos fitoterápicos, é uma responsabilidade compartilhada entre profissionais de saúde, gestores públicos e a população. O farmacêutico, com sua experiência técnico-científica, desempenha papel central nesse processo, atuando na prevenção de riscos, na promoção da saúde e na consolidação de uma assistência farmacêutica mais segura, eficaz e humanizada.

4 METODOLOGIA

O presente trabalho tratou-se de um estudo descritivo, exploratório, com abordagem qualitativa e quantitativa, tendo por foco uma análise dos medicamentos fitoterápicos e suplementos para saúde mental, comercializados no período de 2021 a 2024.

O estudo foi desenvolvido em uma farmácia comunitária no município de João Pessoa-PB. A escolha foi feita através da disponibilidade para a participação da pesquisa. O gerente/farmacêutico da instituição estava ciente de suas responsabilidades como coparticipante no projeto de pesquisa, e também de seu compromisso no resguardo de segurança dos dados nela inseridos.

As informações sobre os medicamentos fitoterápicos para saúde mental foram obtidas no mês de agosto de 2025, através do Sistema de Informação (Trier) utilizado pela farmácia. Foi realizado um levantamento por meio do Sistema de Informação, para obtenção dos dados, relacionados aos principais medicamentos fitoterápicos comercializados, destacando as concentrações, espécies de plantas medicinais, concentração e forma farmacêutica.

Os dados coletados foram organizados, processados e tabulados no sistema Microsoft office Excel® 2019, representados por gráficos ou tabelas. A interpretação dessa pesquisa foi realizada de acordo com os dados apresentados, no qual foram avaliadas quantidades comercializadas durante os anos realizando uma abordagem qualitativa seguida de hipóteses relacionadas à temática estudada. Para a pesquisa foi utilizado um banco de dados secundários com o comprometimento de garantir a confidencialidade e sigilo de todas as informações contidas, nesse sentido não foi necessário submeter o projeto ao Comitê de Ética e Pesquisa, como descrito no inciso V, parágrafo único da RDC 510/2016. O estudo está em concordância aos princípios da Resolução 724/2022 do Conselho de Farmácia que dispõe sobre o Código de Ética Farmacêutica.

5 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os dados referentes à comercialização de fitoterápicos e suplemento alimentar para saúde mental foram coletados diretamente do sistema informatizado (Trier) da farmácia participante, abrangendo o período de 2021 a 2024. Após a coleta, as informações foram tabuladas e organizadas em planilhas eletrônicas, permitindo a contagem absoluta das unidades vendidas por ano, o cálculo do total acumulado (N) e da frequência relativa (%) de cada medicamento em relação ao conjunto analisado. A Tabela 1 sintetiza esses resultados.

Tabela 1 – Quantitativo dos fitoterápicos para saúde mental vendidos nos anos de 2021 a 2024 em uma farmácia comunitária de João Pessoa-PB.

MEDICAMENTO	2021	2022	2023	2024	N	%
APAXY 300MG (<i>PASSIFLORA INCARNA</i>)	26	9	5	9	49	4,93
APAXY 600MG (<i>PASSIFLORA INCARNA</i>)	10	18	3	4	35	3,52
SEAKALM® 260MG CX 20 COMP	176	150	96	115	537	54,08
SEAKALM® 600MG CX 20 COMPR	0	28	37	45	110	11,08
SEAKALM® MELATONINA 0,21MG CX 90	0	0	1	9	10	1,01
SEAKALM® SOL 100ML	7	12	8	11	38	3,83
SOMINEX COMPOSTO CX 20 DRAGEAS	46	51	52	65	214	21,55
TOTAL	265	268	202	258	993	100

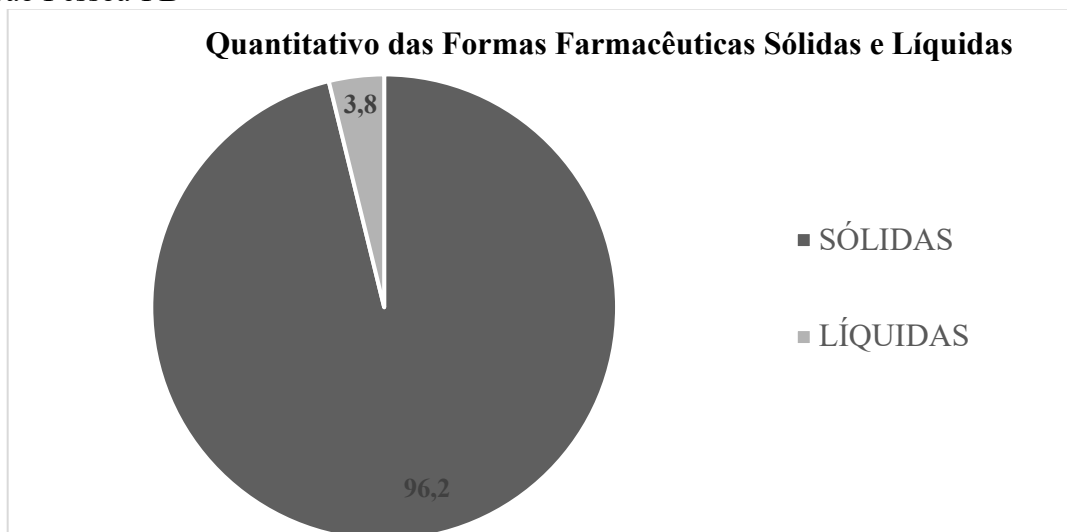
Fonte: Silva, 2025.

A análise dos dados revelou um total de 993 dispensações de fitoterápicos utilizados na saúde mental no período de 2021 a 2024, evidenciando a relevância dessa alternativa terapêutica no contexto da farmácia investigada. Conforme Aguiar *et al.* (2025), diversas plantas medicinais e fitoterápicos têm sido amplamente utilizados no tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), oferecendo uma alternativa natural aos psicofármacos tradicionais. Dentre os mais estudados e prescritos estão a *Passiflora incarnata* (maracujá), conhecida por seu efeito sedativo e ansiolítico; a *Melissa officinalis* (erva-cidreira), que demonstrou reduzir sintomas de ansiedade em até 42,8% dos casos analisados; a *Valeriana officinalis* (valeriana), amplamente reconhecida por seu uso no alívio da insônia e ansiedade leve a moderada; e o *Piper methysticum* (kava-kava), que atua como modulador do sistema GABA, promovendo relaxamento sem sedação intensa.

Os dados ainda permitem argumentar que a demanda por fitoterápicos não apenas é significativa, mas também dinâmica: há medicamentos consolidados e outros em processo de expansão ou retração. Isso dialoga com a literatura sobre a adaptação do mercado fitoterápico às necessidades da população e à percepção de eficácia terapêutica (Scaglioni; Grasseli, 2025).

O gráfico 1 permite observar o comportamento das demais formulações, tanto sólidas quanto líquidas, reforçando o domínio das formas sólidas (comprimidos e drágeas), que representaram 955 unidades dispensadas, em contraste com apenas 38 unidades de formas líquidas, como soluções orais. Tal distribuição sugere uma preferência da população por apresentações sólidas, possivelmente pela facilidade de armazenamento, transporte, posologia e menor perecibilidade (Souza *et al.*, 2020).

Gráfico 1 - Quantitativo das formas farmacêuticas sólidas e líquidas, de acordo com os fitoterápicos para saúde mental vendidos nos anos de 2021 a 2024 em uma farmácia comunitária de João Pessoa-PB



Fonte: Silva, 2025.

O SOMINEX Composto correspondeu a 21,55% das vendas. Sua composição reúne extratos secos de *Valeriana officinalis*, *Passiflora incarnata* e *Crataegus spp.*, combinação que potencializa o efeito ansiolítico. A Valeriana, em especial, atua como moduladora do receptor GABA no sistema nervoso central, apresentando propriedades ansiolíticas (Sahin *et al.*, 2024), hipnóticas (Li *et al.*, 2022), anticonvulsivantes (González-Trujano *et al.*, 2021) e relaxantes musculares (Karaođlan, 2022). Conforme Orhan *et al.* (2018), a espécie *Crataegus oxyacantha* destaca-se por suas atividades hipotensora e ansiolítica. O desempenho comercial do SOMINEX confirma que os consumidores tendem a valorizar formulações combinadas, as quais transmitem a ideia de maior eficácia e abrangência terapêutica (Santi; Esquivi, 2021).

O SEAKALM® 600mg foi a terceira formulação mais dispensada, com 11,08% das vendas, apresentando crescimento expressivo a partir de 2022. Esse comportamento pode estar relacionado à necessidade de doses mais concentradas para quadros de ansiedade persistente ou refratária. Como descrevem Frota *et al.* (2022), o transtorno de ansiedade generalizada (TAG) é caracterizado por preocupação excessiva e sintomas somáticos recorrentes, que frequentemente exigem maior intensidade terapêutica. Nesse sentido, a busca por doses mais elevadas pode refletir tanto ajustes médicos quanto escolhas individuais dos pacientes diante de percepções de ineficácia em doses menores.

As apresentações do APAXY (*P. incarnata*), disponíveis em concentrações de 300mg e 600mg, representaram pouco mais de 8% do total de dispensas. Apesar de conterem o mesmo princípio ativo do SEAKALM®, sua participação foi significativamente menor. A literatura, no entanto, reforça a eficácia da *P. incarnata*, comparável inclusive ao midazolam, um ansiolítico sintético amplamente utilizado (Aguiar *et al.*, 2025). Essa discrepância sugere que fatores como preferência por marcas mais conhecidas, estratégias de marketing e disponibilidade nos pontos de venda exercem forte influência sobre a escolha dos consumidores.

Já a melatonina, apresentada na formulação SEAKALM® 0,21mg, representou apenas 1,01% das dispensas. Embora seja reconhecida por sua ação na regulação do ciclo sono-vigília e por seus potenciais efeitos ansiolíticos, seu baixo consumo pode estar associado tanto à introdução recente no mercado quanto à limitada familiaridade da população com sua indicação. Estudos demonstram que a melatonina pode exercer efeito ansiolítico por meio de mecanismos como ação simpatolítica, modulação de sistemas hormonais e atividade antioxidante (Repova *et al.*, 2022). No entanto, sua utilização ainda necessita de consenso clínico e maior divulgação entre prescritores e pacientes.

Entre os produtos avaliados, o SEAKALM® 260mg em comprimido destacou-se, representando 54,08% das vendas totais. Classificado como um produto tradicional fitoterápico, é formulado a partir do extrato seco de *Passiflora incarnata* L., popularmente conhecida como maracujá, uma espécie consolidada por sua ação sedativa e ansiolítica (Rogério; Ribeiro, 2021). O predomínio dessa formulação indica não apenas a aceitação cultural do maracujá como calmante, mas também a consolidação do consumo de fitoterápicos como prática cotidiana de cuidado em saúde, corroborando dados da OMS, que apontam os transtornos de ansiedade como uma das principais causas de incapacitação global, impactando produtividade, relações sociais e qualidade de vida (Mesquita Scaglioni; Grasselli, 2025).

A seguir, a Tabela 2 resume os medicamentos fitoterápicos dispensados na farmácia comunitária analisada, com suas respectivas espécies vegetais, classes terapêuticas, formas farmacêuticas e indicações. Revela-se um panorama detalhado dos medicamentos fitoterápicos utilizados no manejo da ansiedade na farmácia comunitária analisada, com destaque para a *Passiflora incarnata* como espécie mais recorrente. Essa planta, com reconhecida ação ansiolítica e sedativa, aparece em cinco das sete formulações listadas, seja isoladamente (como no APAXY e no SEAKALM®) ou em associação (como no SOMINEX Composto). Sua presença nas prateleiras e prescrições indica não apenas um conhecimento popular consolidado, mas também respaldo científico considerável, com estudos demonstrando eficácia comparável à de medicamentos sintéticos como o midazolam (Aguiar *et al.*, 2025).

Tabela 2 – Caracterização dos produtos naturais para saúde mental vendidos entre 2021 e 2024 em uma farmácia comunitária de João Pessoa-PB.

Nome comercial do medicamento	Espécie utilizada	Classe terapêutica	Forma farmacêutica / dose	Indicação terapêutica
APAXY 300MG	<i>Passiflora incarnata</i>	Fitoterápico ansiolítico	Comprimido / 300 mg	Ansiedade leve a moderada, insônia leve
APAXY 600MG	<i>Passiflora incarnata</i>	Fitoterápico ansiolítico	Comprimido / 600 mg	Ansiedade moderada, insônia
SEAKALM® 260MG	<i>Passiflora incarnata</i>	Fitoterápico ansiolítico	Comprimido / 260 mg	Alívio de estados de agitação nervosa e ansiedade leve
SEAKALM® 600MG	<i>Passiflora incarnata</i>	Fitoterápico ansiolítico	Comprimido / 600 mg	Ansiedade moderada
SEAKALM® MELATONINA 0,21MG	Melatonina (sintética)	Suplemento hormonal	Comprimido mastigável / 0,21 mg	Regulação do sono, adjuvante na ansiedade
SEAKALM® SOLUÇÃO 100ML	<i>Passiflora incarnata</i> (extrato fluido)	Fitoterápico ansiolítico	Solução oral / 100 ml	Ansiedade leve, insônia leve
SOMINEX COMPOSTO	<i>Passiflora incarnata</i> , <i>Valeriana officinalis</i> , <i>Crataegus oxyacantha</i>	Fitoterápico ansiolítico composto	Drágea / dose não especificada (Cx 20)	Ansiedade leve, distúrbios do sono, taquicardia nervosa

Fonte: Silva, 2025.

A predominância de medicamentos que contêm exclusivamente *Passiflora incarnata* pode ser explicada por sua boa tolerabilidade, baixo risco de dependência e efeitos adversos mínimos. O SEAKALM®, por exemplo, é apresentado tanto em doses de 260mg quanto de

600mg, em formas sólidas (comprimidos) e líquidas (solução oral), oferecendo versatilidade terapêutica. A dose mais baixa parece ser preferida pela população em geral, talvez por estar associada a quadros mais leves de ansiedade e por possibilitar uso sem prescrição obrigatória. Já a formulação de 600mg tem demonstrado aumento progressivo nas vendas, sugerindo ampliação da confiança em doses mais concentradas, provavelmente em pacientes com quadros mais resistentes ou sintomas noturnos.

O APAXY, também à base de *Passiflora incarnata*, aparece em duas concentrações, mas com menor volume de vendas em comparação com o SEAKALM®. Isso pode estar relacionado a fatores mercadológicos, diferenças de preço, marketing ou disponibilidade, já que costuma custar o dobro do valor (na mesma dosagem). A comparação entre os dois medicamentos reforça a importância da marca comercial e da confiança do consumidor na escolha terapêutica, mesmo quando o princípio ativo é o mesmo. Ambos, no entanto, mantêm o perfil de uso em casos de ansiedade leve a moderada, com possível efeito adjuvante em distúrbios do sono.

O SOMINEX Composto, por sua vez, introduz o uso combinado de três espécies medicinais: *Passiflora incarnata* (50mg), *Valeriana officinalis* (40mg) e *Crataegus spp.* (30mg). Essa associação promove uma sinergia terapêutica, reunindo diferentes mecanismos de ação. A Valeriana, por exemplo, atua como moduladora do receptor GABA, sendo reconhecida por suas propriedades ansiolíticas, sedativas, anticonvulsivantes e relaxantes musculares (Santi; Esquivi, 2021). Já a *Crataegus* (espinheiro-branco) possui ação sedativa suave e efeitos positivos sobre o sistema cardiovascular, especialmente em casos de palpitações relacionadas à ansiedade, conferindo à formulação um perfil clínico mais abrangente.

O uso da melatonina no SEAKALM® 0,21mg representa uma entrada mais sutil, contudo promissora da suplementação hormonal no campo do tratamento de transtornos ansiosos. Ainda que presente em apenas 1,01% das dispensações, esse hormônio tem crescido em visibilidade por seu papel na regulação do ciclo circadiano, além de possuir efeitos moduladores do eixo HPA (hipotálamo-hipófise-adrenal) e propriedades antioxidantes com potenciais benefícios neuroprotetores e ansiolíticos (Repova *et al.*, 2022). A apresentação em comprimidos mastigáveis com baixa dosagem pode estar mais alinhada ao uso como suplemento do sono do que como medicamento, o que também contribui para seu menor alcance entre os consumidores que buscam alívio imediato de sintomas ansiosos.

Assim, pode-se inferir que os dados revelam que os medicamentos fitoterápicos analisados são indicados principalmente para ansiedade leve a moderada, insônia transitória, irritabilidade e, em alguns casos, palpitações nervosas. A diversidade de apresentações e

concentrações permite um manejo individualizado, embora exija intervenção farmacêutica qualificada para garantir o uso correto, evitar superdosagem e reduzir o risco de interações com outros fármacos. Tais achados reiteram o papel crucial do farmacêutico no acompanhamento de pacientes que optam por terapias naturais, reforçando a importância da Educação em Saúde, da farmacovigilância e do suporte técnico embasado em evidências.

Ao final da etapa de sistematização e análise dos dados, foi possível elaborar um folder informativo (Apêndice A) com base nos medicamentos fitoterápicos mais comercializados no contexto da saúde mental. Essa produção técnica teve como finalidade informar os dados da pesquisa em uma linguagem acessível à população, promovendo a educação em saúde e o uso racional dos fitoterápicos. O conteúdo do folder incluiu informações sobre as principais espécies vegetais utilizadas (como *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis* e *Crataegus spp.*), formas farmacêuticas, doses, indicações terapêuticas e orientações de segurança, reforçando o papel do farmacêutico como educador e agente de cuidado. A construção desse material representa a etapa de devolutiva social da pesquisa, e está alinhada com os princípios da saúde baseada em evidências e da atenção farmacêutica humanizada.

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da análise de dados extraídos do sistema de vendas da farmácia, foi possível identificar os principais fitoterápicos dispensados, suas espécies vegetais constituintes, concentração, formas farmacêuticas, indicações terapêuticas e seu perfil de aceitação no contexto comunitário. Os resultados evidenciaram uma expressiva presença de medicamentos à base de *Passiflora incarnata*, seguidos por associações com *Valeriana officinalis* e *Crataegus* spp., apontando um padrão de preferência populacional por alternativas naturais para o manejo da ansiedade.

Em relação aos objetivos específicos, o levantamento quantitativo possibilitou identificar sete formulações distintas com ação ansiolítica, sendo o SEAKALM® 260mg o medicamento mais vendido, representando mais de 50% das dispensações. A descrição das espécies medicinais e das apresentações comerciais forneceu subsídios para compreender as escolhas terapêuticas do público-alvo. Além disso, a elaboração de um folder educativo contendo informações sobre os principais fitoterápicos utilizados na saúde mental ampliou o caráter social e educativo da pesquisa, promovendo a disseminação de conhecimento acessível à comunidade e estimulando o uso racional dessas substâncias.

Como perspectivas futuras, recomenda-se ampliar a amostra para incluir diferentes tipos de unidades farmacêuticas, como redes privadas, drogarias de manipulação e farmácias públicas, a fim de obter uma análise mais representativa da realidade brasileira; além disso, estudos qualitativos com usuários e farmacêuticos poderiam esclarecer fatores que influenciam a escolha dos fitoterápicos, sua percepção de eficácia e segurança, e barreiras à adesão ao tratamento, enquanto pesquisas que comparem a eficácia clínica de fitoterápicos com medicamentos alopáticos ansiolíticos e estudos de custo-benefício seriam importantes para embasar políticas públicas de saúde mental, especialmente diante da crescente prevalência de transtornos ansiosos e da busca por terapias naturais acessíveis e com menor risco de efeitos adversos.

REFERÊNCIAS

- AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA). **Resolução RDC nº 26**, de 13 de maio de 2014. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos. Diário Oficial da União, Brasília, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/anvisa/2014/rdc0026_13_05_2014.pdf. Acesso em: 22 abr. 2025.
- AGUIAR, Franciléia de Oliveira *et al.* Principais fitoterápicos utilizados no tratamento do transtorno de ansiedade. **Lumen et Virtus**, v. 16, n. 46, p. 1777-1792, 2025.
- AQUINO, Vitor Monteiro de; CAPOBIANCO, Marcela Petrolini. O uso dos fitoterápicos em pacientes com depressão. **Revista Científica UNILAGO**, v. 1, n. 1, 2021.
- BAKLIZI, Gabriela Silva; BRUCE, Beatriz Carvalho; SANTOS, Ana Cristina de Castro Pereira. Neuronutrição na depressão e transtorno de ansiedade. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 17, p. e52101724454-e52101724454, 2021.
- BARBOSA, Gean Cardoso Leite; FERRAZ, Jamille Leal; ALVES, Leia Alexandre. Impactos de medicamentos benzodiazepínicos na qualidade de vida de pessoas portadoras de transtorno de ansiedade generalizada. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 15, p. e523101523202-e523101523202, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC**. Brasília: MS, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 2.960**, de 9 de dezembro de 2008. Aprova o Programa Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos. Diário Oficial da União, Brasília, 2008.
- CARVALHO, Simone Ribeiro de; BAIENSE, Alex Sandro Rodrigues. O uso de fitoterápicos em pacientes com depressão. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 10, p. 1952-1966, 2023.
- CARVALHO, Simone Ribeiro de; BAIENSE, Alex Sandro Rodrigues. O uso de fitoterápicos em pacientes com depressão. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 10, p. 1952-1966, 2023.
- CAVALER, Camila Maffioletti; CASTRO, Amanda. Transtorno de Ansiedade Generalizada sob a perspectiva da Gestalt Terapia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 2, p. 313-321, 2018.
- CAVALINI, Marcelle *et al.* Serviço de informações sobre plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos. **Extensio: Revista Eletrônica de Extensão**, v. 2, n. 2, 2005.
- CORREA, André Ricardo *et al.* Exercício físico e os transtornos de ansiedade e depressão. **Revista Faculdades do Saber**, v. 7, n. 14, p. 1072-1078, 2022.

CUNHA, Laís Corrêa da; DEUSCHLE, Viviane Cecília Kessler Nunes; DEUSCHLE, Regis Augusto Norbert. Uso de plantas medicinais e fitoterápicos entre usuários de uma clínica universitária de fisioterapia do noroeste do Rio Grande do Sul. **Saúde (Santa Maria)**, 2021.

FAGOTTI, Rogério LV; RIBEIRO, Juliana C. Uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos em insônia: uma revisão bibliográfica. **Brazilian Journal of Health and Pharmacy**, v. 3, n. 2, p. 35-48, 2021.

FONSECA, Pedro Augusto Resende da. Transtorno de ansiedade: uma revisão bibliográfica sobre o mal do século XXI. **Revista Contemporânea**, v. 3, n. 8, p. 12669-12677, 2023.

FROTA, Ilgner Justa *et al.* Transtornos de ansiedade: histórico, aspectos clínicos e classificações atuais. **Journal of Health & Biological Sciences**, v. 10, n. 1, p. 1-8, 2022.

GONZÁLEZ-TRUJANO, María Eva *et al.* Anticonvulsant activity of *Valeriana edulis* roots and valepotriates on the pentylenetetrazole-induced seizures in rats. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 265, p. 113299, 2021.

KARAOĞLAN, Esen Sezen. *Valeriana officinalis* L. In: **Novel Drug Targets With Traditional Herbal Medicines: Scientific and Clinical Evidence**. Cham: Springer International Publishing, 2022. p. 565-568.

LI, Jianchun *et al.* The potential of *Valeriana* as a traditional Chinese medicine: Traditional clinical applications, bioactivities, and phytochemistry. **Frontiers in Pharmacology**, v. 13, p. 973138, 2022.

LIMA, Giovana *et al.* Uso concomitante de ansiolíticos e plantas medicinais: Será que há risco?. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, p. e59711730219-e59711730219, 2022.

LISBOA, Igor Brandão; COLLI, Luciana Ferreira Mattos. Atenção farmacêutica no uso de benzodiazepínicos e outros psicofármacos no tratamento de transtornos de ansiedade e pânico por jovens atualmente no município de Nova Iguacu. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 1299-1310, 2021.

LOPES, Amanda Brandão *et al.* Transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão narrativa. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, v. 35, p. e8773-e8773, 2021.

MARQUES, Paola Alvares *et al.* Prescrição farmacêutica de medicamentos fitoterápicos. **Brazilian Journal of Natural Sciences**, v. 2, n. 1, p. 15-15, 2019.

MATIAS, Bruno da Silva; LIMA, Eurides Souza de. Os transtornos de ansiedade durante a pandemia no Brasil. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, p. e35911730028-e35911730028, 2022.

MONTE, L. C.; GOMIDES, R. R. Uso irracional dos medicamentos fitoterápicos: uma revisão da literatura. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 7, n. 10, p. 764-773, 2021. DOI: 10.51891/rease.v7i10.2615.

- OLIVEIRA, Carlos Walmyr de Mattos *et al.* Transtornos de ansiedade: fatores genéticos, ambientais e suas implicações clínicas. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 6, p. e15754-e15754, 2025.
- OMS. Organização Mundial da Saúde. **Promoting rational use of medicines: core components**. Geneva: WHO, 2021. Disponível em: https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67438/WHO_EDM_2002.3.pdf. Acesso em: 22 abr. 2025.
- PEREIRA, Ana Cláudia Costa *et al.* O agravamento dos transtornos de ansiedade em profissionais de saúde no contexto da pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 4094-4110, 2021.
- REPOVA, Kristina *et al.* Melatonin as a potential approach to anxiety treatment. **International journal of molecular sciences**, v. 23, n. 24, p. 16187, 2022.
- RODRIGUES, Leticia da Silva; ALVES, Matheus Luidy de Oliveira. FITOTERAPIA: os riscos do uso de plantas medicinais. **17º Jornada Científica E Tecnológica E 14º Simpósio De Pós-Graduação Do If Sul de Minas**, v. 15, n. 1, 2023.
- SACRAMENTO, Henriqueta Tereza do *et al.* Política Nacional de Plantas Medicinais e medicamentos fitoterápicos no Sistema Único de Saúde: uma revisão integrativa: UMA REVISÃO INTEGRATIVA. **Revista Brasileira de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde**, v. 2, n. 3, p. 73-86, 2022.
- SAHIN, Kazim *et al.* Impact of a novel valerian extract on sleep quality, relaxation, and GABA/Serotonin receptor activity in a murine model. **Antioxidants**, v. 13, n. 6, p. 657, 2024.
- SCAGLIONI, Bruna Mesquita; GRASSELLI, Cristiane da Silva Marciano. Plantas medicinais e seus fins terapêuticos no tratamento do transtorno de ansiedade: uma revisão integrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 8, n. 1, p. e76718-e76718, 2025.
- SILVA, Breno Nícolas Santos da; SILVA, Jackson José da; PONTES NETO, João Gomes. Uso de Fitoterápicos Como Estratégia Para Redução Do Uso Indiscriminado De Benzodiazepínicos No Tratamento Da Ansiedade. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 12, n. 2, 2024.
- SILVA, J. C. C.; NOGUEIRA, R. P. S. A importância da atenção farmacêutica como ferramenta para a promoção do uso racional de medicamentos em idosos que fazem uso de polifarmácia. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 15, e543101523560, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i15.23560.
- SILVA, Michely Glenda Pereira da; SILVA, Micaely Monize Pereira da. Avaliação do uso de fitoterápicos em distúrbios psiquiátricos. **Revista de Atenção à Saúde**, v. 16, n. 56, p. 77-82, 2018.
- SILVA, P. F.; BANDEIRA, M. A. M.; ARRAIS, P. S. D. Farmacovigilância e reações adversas às plantas medicinais e fitoterápicos: uma realidade. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 18, n. 4, p. 618-626, 2008.

SOUSA, Priscila Narciso de Luna de *et al.* Fitoterapia: estudo sobre a planta *Valeriana officinalis* L. no auxílio à ansiedade. **Observatório de la economía latinoamericana**, v. 23, n. 1, p. e8775-e8775, 2025.


SOUZA, L. M. de *et al.* **Uso racional de medicamentos fitoterápicos**. Faculdade Santa Maria, 2014. Trabalho de revisão. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/conacis/2014/Modalidade_2datahora_12_03_2014_18_37_21_idinscrito_233_96bcad9032d9d8c9d53d647d9f81ad27.pdf. Acesso em: 22 abr. 2025.

SOUZA, Luiza Queiroz Rosado de *et al.* Análise dos medicamentos fitoterápicos comercializados em farmácia magistral do sertão paraibano. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e740974700-e740974700, 2020.

TUROLLA, M. S.; NASCIMENTO, E. S. Informações toxicológicas de alguns fitoterápicos utilizados no Brasil. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, v. 42, n. 2, p. 257–267, 2006.

VELOSO, Annelize Rodriguez *et al.* Cultivo e uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 27, n. 1, 2023.

APÊNDICE A



ATENÇÃO: USO RESPONSÁVEL

- Nem todo produto “natural” é isento de risco.
- Interações com outros medicamentos são possíveis.
- A orientação de um farmacêutico ou profissional de saúde é essencial para o uso seguro.




Camilly Verônica Souza da Silva
Prof.ª Dra. Eilda Batista Vieira Sousa Cavalcanti

PLANTAS MEDICINAIS E SAÚDE MENTAL: INFORMAÇÕES PARA O USO CONSCIENTE

2025



FALE COM SEU FARMACÊUTICO

Seu farmacêutico é um aliado no cuidado com sua saúde emocional! Procure orientação para escolher o melhor produto, entender posologia e garantir um tratamento eficaz e seguro.

PRODUTO GERADO A PARTIR DO TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO DE FARMÁCIA DA FACENE



Principais plantas medicinais utilizadas para ansiedade

Espécie	Nomo popular	Propriedades terapêuticas
Passiflora incarnata	Maracujá	Ação ansiolítica e sedativa
Valeriana officinalis	Valeriana	Relaxante, auxilia no sono e ansiedade leve
Crataegus spp.	Espinheiro branco	Cardiocalmante, coadjuvante em ansiedade
Melatonina (substância natural)		Regula o sono, contribui no controle da ansiedade

O que são fitoterápicos?

Fitoterápicos são medicamentos obtidos a partir de plantas medicinais, com comprovação de eficácia e segurança, utilizados na prevenção e tratamento de diversos transtornos, incluindo os de ordem emocional, como ansiedade e insônia.




VOCÊ SABIA?

- O SEAKALM 260mg foi o fitoterápico mais vendido entre 2021 e 2024, representando 54,08% das dispensações.
- As formas sólidas (comprimidos/drágeas) são amplamente preferidas em relação às líquidas.
- O uso de produtos fitoterápicos tem crescido como alternativa segura aos ansiolíticos sintéticos, que possuem risco de dependência.