

EXPLORANDO O POTENCIAL ANSIOLÍTICO DE FITOTERÁPICOS NO TRATAMENTO DE DISTÚRBIOS PSIQUIÁTRICOS

Aline Soares de Santana Dutra 1, e-mail: alinesantanabiologa@gmail.com

Antonio de Oliveira Junior 2, e-mail: antonio.ojr@hotmail.com

Alaine Alves Bezerra 3, e-mail: alaine.bezerra@ebserh.gov.br

Bruna Vital Pereira Moreira 4, e-mail: brunavitaal@icloud.com

Anamélia Damasceno de Macêdo 5, e-mail: anameliamacedo@outlook.com

Introdução: A Organização Mundial da Saúde (OMS) relata que mais de 350 milhões de pessoas enfrentam depressão globalmente, sendo pelo menos 5% da população diagnosticada com o distúrbio. A depressão cresceu 18,4% globalmente de 2005 a 2015, com prevalência de 4,4% mundial e 5,8% no Brasil. Ansiedade e depressão são comuns, podendo indicar transtornos psiquiátricos que demandam tratamento. Fitoterápicos têm surgido como alternativa aos medicamentos alopáticos, oferecendo menor incidência de efeitos colaterais e custos mais acessíveis. Estudos destacam o potencial ansiolítico de plantas como camomila, erva-cidreira e mulungu, enquanto extratos de *Passiflora incarnata* demonstram efeitos ansiolíticos significativos. **Objetivo:** Diante disso, o propósito deste estudo é realizar uma análise abrangente da literatura específica sobre os principais fitoterápicos empregados no tratamento de distúrbios psiquiátricos. **Metodologia:** A pesquisa consistiu em uma revisão bibliográfica narrativa que analisou a literatura publicada sobre o uso de plantas medicinais no tratamento de distúrbios psiquiátricos. Para a busca, foram utilizados os bancos de dados Scielo, Pubmed e LILACS, com descritores como plantas medicinais, fitoterapia, psiquiátrico e TAG, incluindo termos correspondentes em inglês. A análise abrangeu artigos de 2016 a 2022, totalizando 24 artigos incluídos no estudo. **Resultados:** Os estudos recentes destacam o potencial ansiolítico e antidepressivo de diversas plantas, como *Matricaria recutita*, *Hypericum perforatum*, *Passiflora incarnata* e *Lavandula angustifolia*. Essas pesquisas ressaltam a variedade de abordagens naturais para tratar condições relacionadas à saúde mental, promovendo a diversificação das opções terapêuticas disponíveis. A combinação de diferentes plantas, como *Valeriana officinalis* e *Passiflora incarnata*, pode oferecer um potencial sinérgico na modulação da ansiedade e promoção do relaxamento. Esses estudos enfatizam a importância da abordagem integrativa na saúde mental, explorando os recursos da natureza para promover o bem-estar emocional. **Conclusão:** Essas observações destacam a diversidade de plantas medicinais e suas potenciais aplicações como agentes ansiolíticos, antidepressivos e sedativos. No entanto, é importante considerar que a eficácia e segurança dessas plantas podem variar, e mais pesquisas são necessárias para uma compreensão completa de seus benefícios terapêuticos.

Palavras-chave: Ansiedade; Depressão; Fitoterápicos; Insônia.