



Utilização Da Passiflora Incarnata L. No Controle Da Ansiedade

Autor(res)

Francis Fregonesi Brinholi
Ananda Caroline Trassi

Categoria do Trabalho

3

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - PIZA

Introdução

O Brasil enfrenta uma séria questão de saúde pública, sendo o país com a maior taxa de pessoas com transtornos de ansiedade e o quinto em casos de depressão no mundo. Cerca de 9,3% dos brasileiros sofrem de algum transtorno de ansiedade e 5,8% são afetados pela depressão, caracterizada por um sentimento constante de medo e apreensão, além de sofrimento antecipatório (ZANUSSO, 2019). Em resposta a isso, muitos buscam alternativas de tratamento para melhorar a qualidade de vida. Entre as recomendações estão a prática diária de exercícios físicos, terapia, manutenção de uma alimentação saudável e ouvir música, todas contribuindo para a redução dos sintomas de ansiedade (HARAGUCHI et al., 2020).

A fitoterapia, o uso de plantas medicinais em diversas formas farmacêuticas para prevenir ou tratar doenças, tem ganhado destaque como uma alternativa eficaz. A Passiflora Incarnata Linnaeus, conhecida como maracujá ou flor-da-paixão, é valorizada por seus flavonoides e alcaloides, que possuem um efeito sedativo e ação depressora inespecífica sobre o sistema nervoso central (PEREIRA, 2014).

A Passiflora Incarnata L., utilizada como calmante desde o século XIX, é amplamente empregada no alívio da ansiedade e do estresse devido às suas propriedades sedativas e calmantes, promovendo uma sensação de tranquilidade (GARCIA; SÓLIS, 2017).

O Brasil é o maior produtor mundial de maracujá, aproveitando economicamente o suco concentrado, sementes, casca e partes aéreas da planta (SILVA, 2015). Com base em uma revisão literária, a pesquisa busca sintetizar informações sobre a eficácia e segurança da Passiflora Incarnata L. no controle da ansiedade, destacando sua relevância na medicina tradicional e moderna

Objetivo

O objetivo geral desse trabalho é analisar a utilização da Passiflora Incarnata L. no controle de ansiedade. Os objetivos específicos foram: descrever aspectos botânicos e químicos da Passiflora Incarnata L. e descrever aspectos farmacológicos da Passiflora Incarnata L. com ênfase na ansiedade.

Material e Métodos

A pesquisa foi realizada por meio de revisão de literatura, utilizando livros, dissertações e artigos científicos. As buscas foram feitas nas bases Google Acadêmico e SciELO, com foco em publicações dos últimos 15 anos. Os critérios de inclusão envolveram a relevância para o tema, estudos em humanos e disponibilidade dos textos





completos. A análise abrangeu a eficácia e os mecanismos de ação da *Passiflora* no tratamento da ansiedade.

Resultados e Discussão

Aspectos Botânicos e Químicos Da *Passiflora Incarnata*

Segundo Pereira (2014), a *Passiflora Incarnata* sp. é uma planta lenhosa perene e de crescimento rápido, que pode atingir até 6 metros de altura. Adaptável a diversos tipos de solo, a planta cresce em solos arenosos, argilosos ou pesados, desde que bem drenados. Seus caules são geralmente glabros ou levemente pubescentes, herbáceos e apresentam gavinhas. Os frutos, conhecidos como maracujás, são ovais, do tamanho de um ovo de galinha, verdes inicialmente e laranja quando maduros, sendo usados para sucos, licores, doces, geleias e consumidos naturalmente.

A *Passiflora Incarnata* é rica em componentes ativos: flavonoides (1,5 a 2,5%), alcaloides (menos de 0,03%) e maltol (cerca de 0,05%). Esses componentes exercem uma ação depressora inespecífica sobre o Sistema Nervoso Central, proporcionando um efeito sedativo e relaxamento do músculo liso. O maltol também possui propriedades miorelaxantes, enquanto heterósidos cianogênicos estão presentes em menos de 1% (PEREIRA, 2014).

Os flavonoides C-glicosídeos, presentes na *Passiflora*, são polifenóis importantes biologicamente e quimiotaxonomicamente, utilizados como marcadores na análise de medicamentos fitoterápicos devido à sua resistência à hidrólise (LOPES; TIYO; ARANTES, 2017; ALMEIDA, 2020).

De acordo com Ghedira e Goetz (2013), a *Passiflora Incarnata* contém alcaloides indólicos, sintetizados a partir do triptofano, que perde o grupo carboxilo pela ação da enzima triptofano descarboxilase, resultando na triptamina. Esses alcaloides têm valor medicinal, usados como tranquilizantes e no tratamento da hipertensão, atuando como inibidores da enzima MAO e exibindo ação agonista nos receptores GABA e benzodiazepínicos.

Aspectos Farmacológicos Da *Passiflora Incarnata* L. com Ênfase Na Ansiedade

Para utilizar compostos vegetais na indústria farmacêutica, é essencial caracterizá-los qualitativa e quantitativamente, garantindo padrões de qualidade, eficácia e segurança (Sasidharan et al., 2011). A *Passiflora Incarnata*, segundo Gomes (2022), contém constituintes químicos nas partes aéreas que são úteis no tratamento da ansiedade, insônia, distúrbios do sono, síndrome de abstinência, menopausa, hipertensão, tosse e TDAH. Os sintomas de ansiedade incluem tensão muscular, fadiga, dor de cabeça, palpitações, sudorese, tontura, falta de ar, irritabilidade e dificuldade de concentração (Lopes et al., 2018).

A presença de GABA nos extratos de *Passiflora Incarnata* pode contribuir para sua atividade farmacológica, atuando sinergicamente com os flavonoides para aumentar a permeabilidade da membrana e modular positivamente os receptores GABA, resultando em propriedades sedativas. Além disso, contém alcaloides como harmina e harmol, que afetam mecanismos relacionados ao estresse e ansiedade (Pereira, 2014).

Passiflora I. é validada como um calmante natural sem potencial de dependência, sendo uma alternativa eficaz para ansiedade e insônia. Embora eficaz, deve ser usada sob orientação profissional devido a possíveis interações medicamentosas (Medeiros Santos et al., 2020). Fitoterápicos como a *Passiflora* tornaram-se populares, mas ainda requerem orientação qualificada (Marques et al., 2019).

De acordo com o Manual De Orientação Ao Farmacêutico Plantas Medicinais (SÃO PAULO, 22), recomenda-se o





uso por meio:

- Infusão: 1-3 g das folhas secas em 150 ml de água fervente, 3-4 vezes ao dia
- Tintura (1:8 em álcool 45%): de 2,5-5,0 ml, 3 vezes ao dia;
- Extrato fluido (1:1 em álcool etílico 25%): de 0,5 a 1,0 ml, 3 vezes ao dia;

Extrato seco: 100mg a 200mg, 2-3 vezes por dia

Apesar de geralmente seguros, produtos à base de *Passiflora* podem conter componentes cianogênicos. A toxicidade é limitada, baseada no uso tradicional (Norte, 2016).

Conclusão

A ansiedade é uma emoção normal, mas quando se torna intensa e persistente, pode afetar negativamente a qualidade de vida, tornando-se um problema de saúde. Nesses casos, buscar tratamentos adequados, eficazes e seguros é crucial, e o uso de produtos derivados de plantas medicinais pode ser uma alternativa viável.

Estudos científicos indicam que a *Passiflora Incarnata*, ou maracujá, possui propriedades ansiolíticas, sendo associada a menores riscos de efeitos colaterais em comparação com outros tratamentos. No entanto, o uso dessas substâncias deve ser orientado por profissionais de saúde, como farmacêuticos ou médicos, para evitar possíveis riscos.

Mais investimentos em pesquisas são necessários para compreender melhor os benefícios, efeitos colaterais, contraindicações e o mecanismo de ação da *Passiflora Incarnata* no tratamento da ansiedade. Estudos com maior número de participantes são essenciais para validar esses aspectos e garantir sua eficácia e segurança.

Referências

DIAS, E. C. M.; TREVISAN, D. D.; NAGAI, S. C.; RAMOS, N. A.; SILVA, E. M. Uso De Fitoterápicos E Potenciais Riscos De Interações Medicamentosas: Reflexões Para Prática Segura. *Revista Baiana de Saúde Pública*, v. 41, n. 2, 2018.

GÁRCIA, E.C.; SOLÍS, Isabel M. (2007). *Manual de Fitoterapia*. (2. Ed.) Elsevier Masson, 2007. Pgs 169-177.

GHEDIRA, K.; GOETZ, P. - *Passiflora incarnata* L.: la passiflore officinale (Passifloraceae). *Phytotherapie*. 11, (2013) 252-257.

GOMES, Damião Junior et al. Ações farmacológicas da *Passiflora incarnata*. *Revista de Agroecologia no Semiárido*, [S.l.], v. 6, n. 4, p. 13-30, dez. 2022. ISSN 2595-0045. Disponível em: <<https://periodicos.ifpb.edu.br/index.php/ras/article/view/6758>>. Acesso em: 15 Out. 2023. doi:<http://dx.doi.org/10.35512/ras.v6i4.6758>.

HARAGUCHI, Linete Maria Menzenga; SAÑUDO, Adriana; RODRIGUES, Eliana; CERVIGNI, Herbert; CARLINI, Elisaldo Luiz de Araujo. Impact of the Training of Professionals from São Paulo Public Health System in Phytotherapy Practice. *Revista Brasileira de Educação Médica*, [S.L.], v. 44, n. 1, p. 1-11, 2020

LOPES, K. C. DA S. P.; SANTOS, W. L. DOS. Transtorno de ansiedade. *Revista de Iniciação Científica e Extensão*, v. 1, n. 1, p. 45-50, 25 jun. 2018.

LOPES, M. W.; TIYO, R.; ARANTES, V. P. UTILIZAÇÃO DE PASSIFLORA INCARNATA NO TRATAMENTO DA





ANSIEDADE. *Uningá Review*, [S. l.], v. 29, n. 2, 2017. Disponível em: <https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1952>. Acesso em: 14 oct. 2023.

MARQUES, P. A.; SIMÃO, T. A.; MORIYA, M. M.; DIAS, G.; ANTUNES, V. M. de S.; OLIVEIRA, C. R. Prescrição farmacêutica de medicamentos fitoterápicos. *Brazilian Journal of Natural Sciences*, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 15, 2019. DOI: 10.31415/bjns.v2i1.47. Disponível em: <https://www.bjns.com.br/index.php/BJNS/article/view/47>. Acesso em: 23 fev. 2024.

MEDEIROS SANTOS, A. P.; GALINDO, A. S.; QUEIROZ, E. de S. Propriedades neuropsicofarmacológicas, compostos quimicamente ativos e uso medicinal da passiflora incarnata / Neuropsycharmacological properties, chemically active compounds and medical use of passiflora incarnata. *Brazilian Journal of Development*, [S. l.], v. 6, n. 12, p. 94823–94836, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n12-098. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/21060>. Acesso em: 27 mar. 2024.

NORTE, Inês de Almeida et al. Desenvolvimento e caracterização de sistemas automicroemulsificantes a partir de um extrato seco de *Passiflora incarnata* L. 2016. Dissertação de Mestrado.

PEREIRA, S. M. T., (2014). O Uso Medicinal Da *Passiflora Incarnata* L. Universidade de Coimbra, 1–25.

SÃO PAULO. Manual De Orientação Ao Farmacêutico Plantas Medicinais: Volume 1: Calmantes. Conselho Regional de Farmácia do Estado de São Paulo, Departamento de Apoio Técnico e Educação Permanente, 2022. 32 p. v. 1. ISBN 978-85-9533-035.

SASIDHARAN, S. et al. - Extraction, isolation and characterization of bioactive compounds from plants' extracts. *African Journal of Traditional, Complementary and Alternative Medicines*. 8, (2011), 1-10.

SILVA, Janilson Avelino da. Efeitos da suplementação da passiflora incarnata L. sobre a ansiedade em humanos. 2015. 90 f. Dissertação (Mestrado em Ciências da Nutrição) - Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2015.

ZANUSSO, Carmem. Fitoterapia e essências florais no controle da ansiedade entre docentes do curso de graduação em enfermagem. Biblioteca Digital de Teses e Dissertações, São José do Rio Preto, 11 de fevereiro de 2019. Disponível em: http://bdtd.famerp.br/bitstream/tede/565/2/CarmemSilviaZanusso_Dissert.pdf Acessado em: 01 de setembro de 2020.

