O uso de Fitoterápicos no tratamento de transtorno da ansiedade e depressão.

Autor(res)

Haline Santiago
Laiwan Sousa Silva

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Resumo

Os transtornos mentais afetam uma grande parcela da população jovem, entre 10 e 24 anos, impactando de forma significativa o desenvolvimento comportamental e social. Entre os mais comuns estão a depressão e a ansiedade, que se manifestam de formas variadas. Os principais sintomas incluem taquicardia, irritabilidade, insônia, alterações de peso e dificuldade de concentração. Na depressão, é frequente a tristeza persistente e a perda de interesse em atividades antes prazerosas. Já a ansiedade pode se manifestar por tremores, sensação de falta de ar, sudorese e mudanças de humor associadas a pensamentos negativos.Os tratamentos convencionais são geralmente medicamentos de prescrição controlada, indicados por psiquiatras. No entanto, apesar de eficazes, podem causar dependência química e diversos efeitos colaterais. Diante disso, cresce a busca por alternativas mais naturais, como os fitoterápicos, que se mostram promissores em casos leves a moderados. Fitoterápicos são medicamentos de origem vegetal e, no Brasil, são regulamentados pela ANVISA, o que garante sua segurança e eficácia. Segundo Silva et al. (2021), diversas plantas, como Mentha piperita, Melissa officinalis, Valeriana officinalis, Passiflora incarnata, canabidiol, açafrão, Damiana, camomila, Hypericum perforatum e Crocus sativus, apresentaram resultados positivos no tratamento de distúrbios do Sistema Nervoso Central (SNC), como depressão e ansiedade.Metodologia: Este estudo, de cunho exploratório e descritivo, visou demonstrar a eficácia dos fitoterápicos no tratamento desses transtornos. Foram analisados 250 artigos publicados entre 2018 e 2023 nas plataformas Google Acadêmico, Farmacopeia e Lilacs, sendo selecionados quatro para a revisão final.Os Resultadosevidenciam que as principais espécies de plantas medicinais demonstraram ação positiva no combate a transtornos de ansiedade e depressão. Conclusão: Conclui-se que os fitoterápicos oferecem uma alternativa segura e com menos efeitos adversos em comparação aos medicamentos controlados, potencializando a eficácia do tratamento quando há acompanhamento médico ou farmacêutico.