



UEPB

UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA

CAMPUS I

CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE

DEPARTAMENTO DE BIOLOGIA

CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS

ANA CLÁUDIA PEREIRA DOS SANTOS

**USO DE PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS
COMO PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE:
UM TRABALHO DE REVISÃO**

CAMPINA GRANDE-PB

2020

ANA CLÁUDIA PEREIRA DOS SANTOS

**USO DE PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS
COMO PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE:
UM TRABALHO DE REVISÃO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Ciências Biológicas pelo Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.

Orientador: Prof. Dr. Sergio de Faria Lopes

CAMPINA GRANDE-PB

2020

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237u Santos, Ana Cláudia Pereira dos.

Uso de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos como prevenção e tratamento do transtorno de ansiedade [manuscrito] : um trabalho de revisão / Ana Claudia Pereira dos Santos. - 2020.

16 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Biológicas) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2020.

"Orientação : Prof. Dr. Sergio de Faria Lopes, Coordenação do Curso de Ciências Biológicas - CCBSA."

1. Fitoterápicos. 2. Ansiedade. 3. Saúde pública. 4. Plantas medicinais. I. Título

21. ed. CDD 581.634

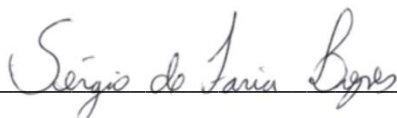
ANA CLÁUDIA PEREIRA DOS SANTOS

**USO DE PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS
COMO PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE:
UM TRABALHO DE REVISÃO**


Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em Ciências Biológicas pelo Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Paraíba – Campus I.

Aprovada em: 06/10/2020.


BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Sergio de Faria Lopes (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof. Dra. Erica Caldas Silva de Oliveira
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Maiara Bezerra Ramos
Doutoranda em Etnobiologia e Conservação (UFRPE/UEPB)

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente à Deus, que me deu o dom da vida e me abençoa todos os dias com o seu amor infinito.

Agradeço a minha mãe Maria José e a meu pai Cláudio Roberto que sempre me apoiaram a correr atrás dos meus sonhos, que me deram amor e carinho.

Agradeço ao corpo docente da Universidade Estadual da Paraíba que serviram de exemplo para que eu me torne uma profissional melhor a cada dia.

Agradeço ao meu orientador Prof. Dr. Sergio de Faria Lopes por ter me dado assistência, por ser inspiração e por ter sido o melhor orientador que eu poderia ter.

Aos amigos e familiares muito obrigada, por torcerem e vibrarem com a minha conquista, em especial a minha amiga Luana, que esteve presente em cada dificuldade, em cada superação pessoal, torcendo, apoiando e aconselhando.

A todas as crianças e famílias pretas do meu País que sonham em entrar uma universidade pública, DEDICO.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 –	Número de artigos científicos sobre o tratamento de ansiedade com plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos no período de 2028 a 2019.....	15
------------	--	----

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 –	Artigos que atenderam a todos os critérios de elegibilidade empregados.....	16
Quadro 2 –	Principais espécies de plantas utilizadas no tratamento de TGA (Transtorno de Ansiedade	17

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CAPES- Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior

OMS- Organização Mundial da Saúde

SciELO- Scientific Electronic Library Online

TGA- Transtorno de Ansiedade/ Transtorno de Ansiedade Generalizada

USP- Universidade de São Paulo

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
2	METODOLOGIA	11
3	RESULTADOS E DISCUSSÃO	12
4	CONCLUSÃO	15
	REFERÊNCIAS	16

**USO DE PLANTAS MEDICINAIS E MEDICAMENTOS FITOTERÁPICOS
COMO PREVENÇÃO E TRATAMENTO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE:
UM TRABALHO DE REVISÃO**

**USE OF MEDICINAL PLANTS AND PHYTOTHERAPIC DRUGS AS PREVENTION
AND TREATMENT OF ANXIETY DISORDER: A REVIEW**

Ana Cláudia Pereira dos Santos*

RESUMO

A utilização de plantas medicinais está baseada nas tradições familiares e também na necessidade do homem em tratar suas enfermidades. Apesar dos avanços na medicina moderna, as plantas medicinais têm um importante papel na saúde mundial. O presente estudo teve como objetivo revisar a literatura sobre plantas medicinais que são utilizadas para a prevenção e/ou tratamento de transtornos de ansiedade e também na produção de medicamentos fitoterápicos com a mesma finalidade. Este estudo é uma revisão sistemática de literatura que consistiu em três etapas, estabelecimento dos critérios de inclusão, seleção dos artigos e a busca dos artigos nas bases de dados SciELO, Portal de Periódicos CAPES e Google Acadêmico. Foram encontrados um total de 463 artigos onde apenas 10 foram selecionados para leitura e análise completa. Encontrou-se 11 espécies de plantas descritas nos trabalhos. Conclui-se que apesar da quantidade de artigos encontrados, o número de trabalhos com embasamento clínico é pequeno, dificultando o acesso à informação ao público alvo.

Palavras-chave: Fitoterápicos. Ansiedade. Saúde pública.

ABSTRACT

The use of medicinal plants is based on family traditions and also on man's need to treat his diseases. Despite advances in modern medicine, medicinal plants play an important role in world health. This study aimed to review the literature on medicinal plants that are used for the prevention and/or treatment of anxiety disorders and also in the production of herbal medicines with the same purpose. This study is an integrative literature review that consisted of three stages, establishment of inclusion criteria, selection of articles and the search of articles in the SciELO, CAPES Periodical Portal and Academic Google databases. A total of 463 articles were found where only 10 were selected for full reading and analysis. We found 11 species of plants described in the papers. It is concluded that despite the number of articles found, the number of clinically based works is small, making it difficult to access information to the target audience.

Keywords: Phytotherapics. Anxiety. Public health

* Aluna de Graduação em Ciências Biológicas- Bacharelado, na Universidade Estadual da Paraíba- Campus I. E-mail: anacsantos648@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A utilização de plantas medicinais está baseada nas tradições familiares e também na necessidade do homem em tratar suas enfermidades. Essa prática nunca deixou de ser aplicada devido a sua capacidade de suplantar diversos tipos de doenças (LORENZI & MATOS, 2002; OLIVEIRA & AKISUE, 2002; CORDEIRO et al., 2005; VEIGA JÚNIOR & PINTO, 2005; RODRIGUES et al., 2006) e por representar um recurso mais acessível comparado aos medicamentos industrializados (BEVILACQUA, 2010). Apesar dos avanços na medicina moderna, as plantas medicinais têm um importante papel na saúde mundial. Em virtude de seu enorme efeito, estima-se que cerca de 25% a 30% de todas as drogas identificadas como agentes terapêuticos são provenientes de produtos naturais (CALIXTO, 2005; VEIGA-JUNIOR & MELLO, 2008).

Segundo a Organização Mundial de Saúde, cerca de 80% da população mundial utiliza algum tipo de erva medicinal (OMS, 1979). As plantas medicinais são comuns entre adultos e idosos que buscam complementar o tratamento de alguma doença e pela crença de que essas plantas não possuem efeitos colaterais (BRASIL, 2004). Algumas plantas possuem em sua composição química, agentes que auxiliam no tratamento e/ou prevenção de determinadas doenças como a Kava-Kava (*Piper methysticum* G. Forst) que entre os anos de 1999 a 2002, esteve entre os 10 medicamentos fitoterápicos mais utilizados no Brasil, indicada no tratamento de insônia e ansiedade, pois age no organismo como calmante e é responsável pelo aumento da concentração, memória e reflexo dos pacientes diagnosticados (JUSTO; SILVA, 2008b; COLÓ, 2006).

Os transtornos de ansiedade são uns dos mais recorrentes entre os distúrbios mentais, e que vêm afetando cada vez mais populações de diversas nacionalidades. Seus sintomas envolvem manifestações corporais involuntárias, tais como, secura da boca, sudorese, arrepios, vômitos, dores abdominais, tremor, incluindo alterações bioquímicas constatáveis por meio apropriados de investigação e alterações biológicas (ANDRADE; GORENSTEIN, 2013). O tratamento geralmente consiste no uso de medicamentos antidepressivos e ansiolíticos, que por sua vez podem causar uma dependência devido a sua composição química (SILVA, 2013).

Alternativas com menor probabilidade de obter efeitos colaterais, como a utilização de plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, associados a psicoterapia, práticas de atividades físicas e consumo de alimentos calmantes estão cada vez mais sendo buscados. Essa demanda se dá devido ao baixo custo e por ser de fácil acesso para a população. Assim, levando em consideração os pontos citados, o presente estudo teve como objetivo revisar a literatura sobre plantas medicinais que são utilizadas para a prevenção e/ou tratamento de transtornos de ansiedade e também na produção de medicamentos fitoterápicos com a mesma finalidade.

2. METODOLOGIA

Este estudo é uma revisão sistemática de literatura. Refere-se a um tipo de investigação científica, onde busca reconhecer e sintetizar estudos primários, teóricos e empíricos, que possibilitam uma síntese completa da elaboração do conhecimento a respeito de um assunto ou tema (SOUZA et. al. 2008).

A revisão consistiu em três etapas, sendo a primeira o estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, para isso, empregaram-se os seguintes critérios de inclusão: artigos que disponibilizassem o texto completo; artigos com a versão *on-line* de maneira gratuita; produções nacionais e publicadas nos idiomas português e inglês; enquanto critério de exclusão, foram excluídas teses, dissertações, monografias e artigos que, após a leitura do título, não estavam relacionados à temática e nos quais o resumo não convergia com o objeto de estudo proposto, além das publicações que se repetiram nas bases de dados. A segunda etapa foi a

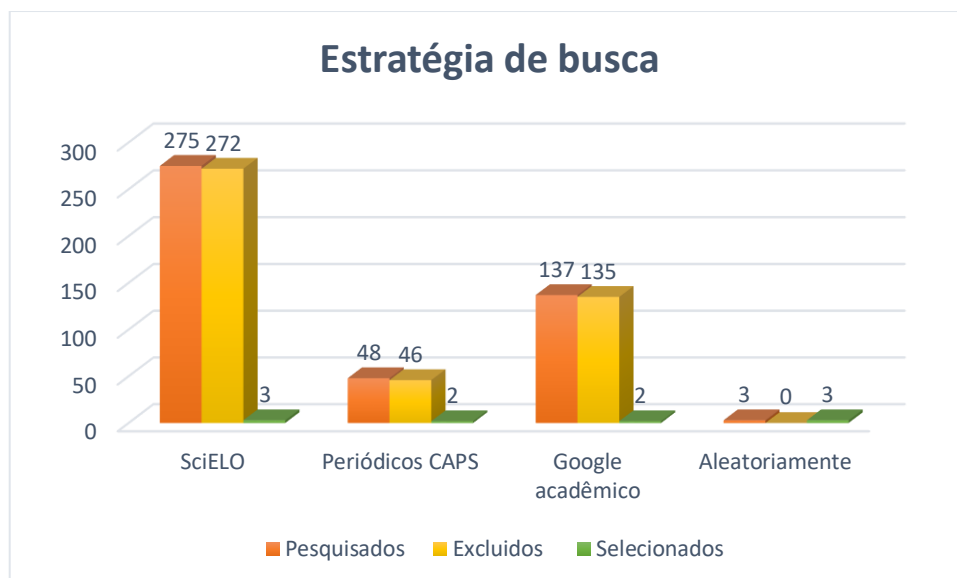
seleção dos artigos e para construir a pesquisa, buscaram-se artigos nas bases eletrônicas de SciELO, Portal de Periódicos CAPES e Google Acadêmico nos meses de março a maio de 2020.

A terceira etapa consistiu-se na busca de artigos científicos nos bancos de dados citados anteriormente, onde no site de busca SciELO foi utilizada as palavras-chave “*Plantas medicinais*” com os filtros: Brasil; Áreas temáticas o filtro “*Ciência da Saúde*”. Foram encontrados 275 artigos, dos quais somente três foram utilizados para análise e incluídos na pesquisa. No Portal de Periódicos CAPES foram utilizadas as palavras-chave “*Plantas medicinais*” e “*Ansiedade*”, não houve a utilização de filtros para realizar a busca, e foram encontrados 48 artigos, onde somente dois foram analisados e incluídos na pesquisa. Já no Google Acadêmico foram utilizadas as palavras chaves “*Piper methysticum*”, “*Ansiedade*”, “*Plantas medicinais*” e “*Valeriana officinalis*”, onde resultou em 137 artigos, porém, apenas dois seguiram os pré-requisitos e foram incluídos na pesquisa. Para incrementar a pesquisa, três artigos foram selecionados aleatoriamente, em diferentes sites de busca.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com as pesquisas realizadas, encontrou-se um total de 463 artigos científicos (Figura 1). Posteriormente a avaliação dos critérios de exclusão empregados, 440 artigos foram excluídos após a leitura dos títulos e resumos, 13 por não se encaixarem no critério de inclusão e por estarem repetidos e do total apenas 10 artigos foram selecionados para leitura completa e análise de dados (Figura 1). Tais artigos variam entre os anos de 2008 e 2019, com as principais revistas: Revista da Escola de Enfermagem USP, Revista Brasileira de Farmacognosia e Revista Eletrônica de Farmácia (Quadro 1). Nos trabalhos selecionados se encontram descritas aproximadamente 11 espécies de plantas medicinais que possuem utilizações diversas incluindo o uso para o tratamento do transtorno de ansiedade (TGA) (Quadro 2).

Figura 1. Número de artigos científicos sobre o tratamento do transtorno de ansiedade com plantas medicinais e medicamentos fitoterápicos, no período de 2008 a 2019.



Fonte: Próprio autor, 2020.

As bases de dados que obtiveram o maior número de artigos referentes ao tema proposto foram a plataforma SciELO com 275 artigos e a plataforma Google acadêmico com 137 artigos. A plataforma de busca que teve a menor quantidade de artigos referente ao tema foi a Periódicos

CAPES com apenas 48 artigos. Os três artigos que foram selecionados aleatoriamente, são incluídos na pesquisa para obtenção de maiores resultados satisfatórios e consequentemente melhor qualidade da pesquisa.

Quadro 1 - Artigos que atenderam a todos os critérios de elegibilidade empregados.

Autores	Ano	Revista	Objetivo	Tipo do estudo
Farias et al.	2019	Não	Avaliar a eficácia e os benefícios do uso de fitoterápicos como auxiliares no controle do medo e ansiedade em pacientes que são submetidos a tratamento odontológico.	Revisão bibliográfica
Faustino et al.	2010	Revista Brasileira de Psiquiatria	Revisar os estudos clínicos controlados sobre a efetividade de plantas medicinais/fitoterápicos no transtorno de ansiedade generalizada.	Revisão bibliográfica
Kurebayashi et al.	2016	Revista da Escola de Enfermagem USP	Comparar os efeitos do Gan Mai Da Zao em Controle e Placebo, na redução de níveis de estresse, ansiedade e melhoria de qualidade de vida.	Estudo de caso
Lima et al.	2019	Visão Acadêmica	Avaliar quais benefícios a abordagem fitoterapêutica com a <i>Matricaria recutita</i> (camomila) traria para o TTO do TAG e na redução dos sintomas depressivos, discorrendo sobre suas propriedades.	Revisão integrativa
Lopes & Santos	2018	Revista de Iniciação Científica e Extensão	Esclarecer as causas que levam as pessoas a sofrerem ansiedade generalizada e os tratamentos alternativos, por meio da pesquisa bibliográfica.	Revisão bibliográfica
Mao et al.	2017	HHS Public Access	Avaliar a utilização de camomila de longa duração (<i>Matricaria chamomilla L.</i>) para a prevenção de recaída dos sintomas de TAG.	Estudo de caso
Silva et al.	2013	V Semana de Iniciação Científica da Faculdade de Juazeiro do Norte	Demonstrar a evolução clínica de uma paciente em que o tratamento da ansiedade incluiu a substituição de ansiolíticos por fitoterápicos.	Estudo descritivo
Silva & Silva	2018	Revista Aten. Saúde	Analisar a literatura específica sobre os principais fitoterápicos utilizados em distúrbios psiquiátricos entre os anos de 2008 a 2014.	Revisão bibliográfica
Souza et al.	2015	Revista Eletrônica de Farmácia	Rever a literatura sobre a eficácia de plantas medicinais utilizadas na produção de fitoterápicos para tratar transtornos de ansiedade.	Revisão bibliográfica
Sousa et al.	2008	Revista Brasileira de Farmacognosia	Fornecer uma ampla visão das plantas medicinais que apresentam efeitos terapêuticos significantes em modelos animais de doenças psiquiátricas (distúrbios da ansiedade).	Revisão bibliográfica

Fonte: Próprio autor, 2020.

No Quadro 1 estão descritas a identificação dos artigos selecionados, onde a maioria são trabalhos publicados na língua portuguesa e apenas um na língua inglesa. Com exceção de 2019 com dois artigos publicados, os demais anos foi observado apenas um artigo. A maioria dos artigos selecionados tem como objetivo fazer uma revisão qualitativa e quantitativa da literatura, e apenas dois são estudos de caso.

No Quadro 2 estão descritas as principais espécies que foram mencionadas nos artigos dispostos no Quadro 1. *Valeriana officinalis* e *Passiflora incarnata* foram as espécies com mais citações nos artigos, aparecendo cada uma em seis deles. *Piper methysticum* foi a segunda espécie com maior citação, aparecendo em quatro artigos. Já as espécies *Passiflora edulis*, *Hypericum perforatum*, *Salix alba* e *Matricaria chamomilla* são mencionadas em dois estudos. Embora seja bastante conhecida, *Melissa officinalis*, popularmente conhecida como Erva-cidreira foi mencionada em apenas um trabalho.

Quadro 2- Principais espécies de plantas utilizadas no tratamento de TGA (Transtorno de Ansiedade).

Espécies	Nome Popular	Utilização
<i>Valeriana officinalis</i> L. (Caprifoliaceae)	Erva-dos-gatos	Insônia, ansiedade e agitação
<i>Passiflora incarnata</i> L. (Passifloraceae)	Flor-da-paixão	Nervosismo ou estresse
<i>Piper methysticum</i> G. Forst. (Piperaceae)	Kava-kava	Ansiedade, emagrecimento
<i>Galphimia glauca</i> Cav.(Malpighiaceae)	Triális	Ansiedade
<i>Passiflora edulis</i> Sims f. (Passifloraceae)	Maracujá	Calmante
<i>Hypericum perforatum</i> L.(Hypericaceae)	Erva-de-são-joão	Antidepressivo
<i>Salix alba</i> L.(Salicaceae)	Salgueiro-branco	Ansiedade, insônia
<i>Matricaria chamomilla</i> L. (Asteraceae)	Camomila	Ansiedade
<i>Crataegus oxyacantha</i> L. (Rosaceae)	Espinheiro branco	Calmante, sedativo
<i>Melissa officinalis</i> L. (Lamiaceae)	Erva-cidreira	Calmante, para dormir e relaxar
<i>Ziziphus jujube</i> Miller (Rhamnaceae)	Jujuba, Zimbrão	Insônia e ansiedade

Fonte: Próprio autor, 2020.

Ainda que o número de estudo que avaliam o efeito ansiolítico de extratos de plantas seja grande, há um déficit quanto ao número de estudos clínicos controlados a cerca dessa temática. Resultados de pesquisas com *Passiflora incarnata* e *Galphimia glauca* sugerem um possível efeito ansiolítico e os da *Valeriana officinalis* são menos conclusivos. Contudo, todos esses resultados clínicos devem ser repetidos em estudos com uma metodologia mais eficiente e por grupos independentes (FAUSTINO, 2010).

Em um estudo com rótulo aberto, foi possível avaliar que a terapia com camomila durante oito semanas foi associada a uma resolução clinicamente significativa em 58,1% dos sujeitos, assim como taxas de melhoria nas medidas de observação em que o indivíduo fez uma autoavaliação. A proporção de 1.500 mg de camomila que foi utilizada teve uma boa resposta sem efeitos graves relatados. Boa parte das pessoas testadas tiveram respostas rápidas ao tratamento com a camomila, atingindo pelo menos 50% de redução no gradiente de TDA-7 dentro de duas semanas do começo do tratamento, o que indica que, de acordo com o que foi

observado, especulou-se que o extrato de camomila pode produzir uma relação risco / benefício mais favorável do que os agentes ansiolíticos convencionais (KEEF, 2017).

Um paciente que teria sido submetido a um tratamento à base de uns medicamentos nocivos como a Pondera 20mg e apraz 2mg, após 37 dias do tratamento houve um agravamento em seu estado clínico, com manifestações constantes de queda de pressão, palpitação, sudorese intensa e insuficiência respiratória. Depois de 57 dias ao apresentar uma nova queda em seu quadro clínico o paciente foi submetido a um novo tratamento, no qual é utilizado medicamentos que possuem em sua composição química extrato seco de passiflora 50mg, extrato seco de valeriana 40mg, e extrato seco de crataegus 30mg (SILVA, 2013). Depois de 18 dias do início do tratamento com novos medicamentos, que também foi incluso o acompanhamento psicológico, o paciente apresentou uma melhora significativa em seu quadro clínico. Observou-se que os sintomas de ansiedade diminuíram significativamente, além de outros sintomas como a sudorese e palpitação, inclusive houve uma melhora em sua autoestima (SILVA, 2013).

Estudos comprovam que medicamentos feitos à base de plantas medicinais são essenciais e benéficos para a saúde e trazem bons resultados quando adicionados a algum tipo de medicação. Diversos estudos mostram que *Passiflora incarnata*, planta da família do maracujá, entre ela também temos a *Methysticum*, conhecida popularmente como Kava-kava, possuem propriedades que auxiliam de forma eficaz no tratamento (LOPES, 2018). Em pacientes diagnosticados com TAG de moderado a grave que introduziram medicamentos à base do extrato de camomila demonstraram uma redução clinicamente significativa dos sintomas. O controle foi feito através das Escala de Ansiedade de Hamilton (LIMA, 2019).

De acordo com um estudo realizados por Varela et al (2014) e Pinheiro (2003) em casos que os medicamentos à base de plantas medicinais foram escolhidos para o tratamento, optou pela utilização de fitoterápicos que têm atividade ansiolítica e sedativa comprovada, como o Remilev à base de valeriana (*Valeriana officinalis*), com dosagem de 100mg; o Calman, o Floriny e o Passiflorine feitos a partir da passiflora (*Passiflora incarnata*) com dosagem de 300mg, no tratamento da ansiedade e insônia, administrados 90 minutos antecedente ao procedimento.

Há evidência da eficácia de *Piper methysticum* e *Hypericum perforatum*, porém são plantas que ao serem utilizadas possuem efeitos colaterais que podem se tornar potencialmente perigosos quando usados de forma irresponsável com altas dosagens, como hepatotoxicidade e se inteirando no metabolismo de outros fármacos (SOUZA, 2015).

No Brasil, o número de pessoas diagnosticadas com transtornos de ansiedade estão se tornando cada vez mais relevantes e constituem um grupo de grande importância para a saúde individual e pública. Por se tratar de um assunto muitas vezes tratado como irrelevante pela população, as pesquisas feitas para avaliação do uso seguro de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil ainda são incipientes (SILVA, 2018).

4. CONCLUSÃO

A utilização de plantas medicinais vem ganhando espaço no que se refere a tratamentos alternativos, ao investigar a quantidade de estudos que estão sendo realizados afim de melhorar e dar respostas conclusivas sobre o assunto. A importância de trabalhos que avaliem a literatura sobre um determinado assunto é de fundamental importância, pois podem engajar mais pesquisas a nível clínico e por poder impulsionar a introdução de medicamento a base de plantas medicinais, os fitoterápicos. Conclui-se que a quantidade de estudos com embasamento clínico ainda se encontra em crescimento, o que torna a área pouco estudada, portanto para o interesse do público alvo é necessária uma maior quantidade de testagem desses extratos de plantas,

abrindo caminho para novas alternativas de tratamento mais baratos e com menor taxa de efeitos colaterais.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, L.H. S. G.; GORENSTEIN, C. Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade. Disponível em: <http://www.hcnet.usp.br/ipq/revista/vol25/n6/ansi256a.htm> Acesso em: 28 set. 2013.
- BEVILACQUA, H. G. C. R. Planejamento de horta medicinal e comunitária. **Divisão Tec. Esc. Municipal de Jardinagem** / Curso de Plantas medicinais – São Paulo, 2010. Disponível em: <http://www.google.com.br/q=nuplan+plantas+medicinais>.
- BRASIL, Ministério da Agricultura. Secretaria de Políticas Agrícolas, 2004.
- CALIXTO, J.B 2005. Twenty-fi ve years of research on medicinal plants in Latin America: a personal review. **J. Ethnofarmacol** **100**: 131-134.
- FARIAS, A.C.L.F; DEUS, L.B; RIBEIRO, T.L.C; JÚNIOR, W.J.M; ROSSETO, L.P. O uso de Fitoterápicos para Controle do Medo e Ansiedade no Tratamento Odontológico. **Anais da Jornada Odontológica de Anápolis-JOA**, Anápolis, Goiás, 2019.
- FAUSTINO, T.T; ALMEIDA, R.B; ANDREATINI, R. Plantas medicinais no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão dos estudos clínicos controlados. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. Curitiba, Paraná,2010.
- JUSTO, S. C.; SILVA, C. M. *Piper methysticum* G. Forster (Kava-Kava): uma abordagem geral. **Revista Eletrônica de Farmácia**. v.5, n.1, p.73-82, 2008b.
- KEEFEEA, J.R.; MOAB, J.J; SOELLERC, I; LIC, Q.S & AMSTERDAMD, J.D. Short-term open-label Chamomile (*Matricaria chamomilla* L.) therapy of moderate to severe generalized anxiety disorder. **Phytomedicine**. 2016 December 15; 23(14): 1699–1705. doi: 10.1016/j.phymed.2016.10.013.
- KUREBAYASHI, L.F.S; TURRINI, R.N.T; KUBA, G; SHIMIZU, M.H.M; TAKIGUCCHI R.S. Chinese phytotherapy to reduce stress, anxiety and improve quality of life: randomized controlled trial. **Rev Esc Enferm USP**. 2016;50(5):853-860. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/S0080-623420160000600020>.
- LIMA, S.S; FILHO, R.O.L; OLIVEIRA, G.A.L. Aspectos Farmacológicos da *Matricaria recutita* (camomila) no Tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada e Sintomas Depressivos. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v.20 n.2, abr. - jun./2019 - ISSN 1518-8361.
- LORENZI, H.; MATOS, F.J.A. Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas cultivadas. **Nova Odessa: Instituto Plantarum**, 2002.
- LOPES, K.C.S.P, Santos WL. Transtorno de ansiedade. **Rev Inic Cient Ext**. **2018**; 1(1): 45-50.
- OLIVEIRA, F.; AKISUE, G. Fundamentos de Farmacobotânica. São Paulo; **Editora Atheneu**, 2002.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Alma-Ata, 1978. **Cuidados Primários de Saúde**, p. 64, Brasília, 1979.PINHEIRO, M. L. P. Avaliação dos efeitos da Valeriana officinalis L no

controle da ansiedade em pacientes submetidos a exodontias de terceiros molares mandibulares inclusos. **J Pharm Bioallied Sci.** v. 6, n.2, p.109-114, 2014.

SILVA, J.T.V. Utilização de Fitoterápicos no Tratamento da Ansiedade: Um Estudo de Caso. **V Semana de Iniciação Científica da Faculdade de Juazeiro do Norte.** Juazeiro do Norte, 2013.

SILVA, M.G.P; SILVA, M.M.P. Avaliação do Uso de Fitoterápicos em Distúrbios Psiquiátricos. **Rev. Aten. Saúde,** São Caetano do Sul, v. 16, n. 56, p. 77-82, abr./jun., 2018

SOUZA, M.T; SILVA, M.D; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein.** 2008;8(1):102-6.

SOUZA, M.R; PASSOS. X.S.P; JÚNIOR, M.C; MELO, B.S; SEVERIANO, D.L.R; CARVALHO, M.F. Fitoterápicos no Tratamento de Transtorno de Ansiedade. **Electronic Journal of Pharmacy,** vol. XII, Suplemento, p. 11-12, Goiânia, Goiás, 2015.

VARELA, D.S.S.; AZEVEDO, D.M. Saberes e práticas fitoterápicas de médicos na estratégia saúde da família. **Trabalho, educação e saúde.** Rio de Janeiro 2014 maio Vol.12 n.2 p.273-290.

VEIGA JÚNIOR, V. F.; PINTO, A.C. Plantas medicinais: cura segura? **Química Nova,** v.28, n.3, p. 519-528, 2005.