



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA**  
**CAMPUS I**  
**CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE**  
**DEPARTAMENTO DE BIOLOGIA**  
**CURSO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

**OLGA GONÇALVES RODRIGUES**

**O USO DE PLANTAS MEDICINAIS EM DISTÚRBIOS DE ANSIEDADE DURANTE A  
PANDEMIA DA COVID – 19: Uma revisão de literatura**

**CAMPINA GRANDE**

**2022**

**OLGA GONÇALVES RODRIGUES**

**O USO DE PLANTAS MEDICINAIS EM DISTURBIOS DE ANSIEDADE DURANTE A  
PANDEMIA DA COVID – 19: Uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Ciências Biológicas da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Ciências Biológicas.

**Área de concentração:** Fitoterapia

**Orientadora:** Prof.<sup>a</sup> Dra. Érica Caldas S. de Oliveira

**CAMPINA GRANDE**

**2022**

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.

R696u Rodrigues, Olga Gonçalves.

O uso de plantas medicinais em distúrbios de ansiedade durante a pandemia da COVID – 19 [manuscrito] : Uma revisão de literatura / Olga Goncalves Rodrigues. - 2022.

25 p.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Ciências Biológicas) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde , 2022.

"Orientação : Profa. Dra. Érica Caldas Silva de Oliveira ,  
Coordenação de Curso de Biologia - CCBS."

1. Plantas medicinais. 2. Fitoterapia. 3. COVID - 19. 4.  
Ansiedade. I. Título

21. ed. CDD 615.321

OLGA GONÇALVES RODRIGUES

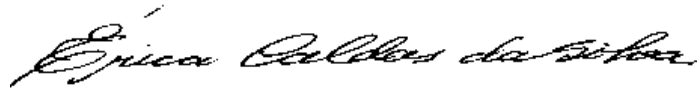
**O USO DE PLANTAS MEDICINAIS EM DISTURBIOS DE ANSIEDADE DURANTE A  
PANDEMIA DA COVID – 19: Uma revisão de literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)  
apresentado à Coordenação do Curso de Ciências  
Biológicas da Universidade Estadual da Paraíba,  
como requisito parcial à obtenção do título de  
Bacharel em Ciências Biológicas.

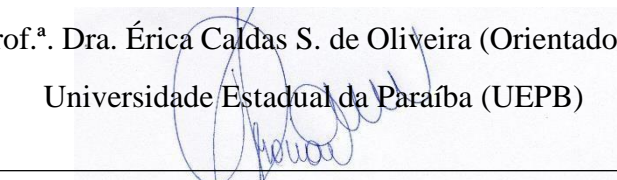
**Área de concentração:** Fitoterapia

Aprovada em: 04/04/2022.

**BANCA EXAMINADORA**



Prof.<sup>a</sup> Dra. Érica Caldas S. de Oliveira (Orientadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof.<sup>a</sup> Dra. Dilma Maria de Brito Melo Trovão  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Márcia Adelino da Silva Dias

Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

**CAMPINA GRANDE**

**2022**

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço primeiramente ao autor da minha vida, Deus por sempre segurar em minhas mãos nos momentos difíceis e a minha mãezinha do céu, Nossa Senhora Aparecida por tantas bençãos.

Agradeço a minha mãe, Maria do Rosário Gonçalves por me fazer forte nos dias difíceis, por nunca me deixar fraquejar quando me sentia fraca e por todas as orações para que esse sonho se tornasse realidade, te amo incansavelmente.

Agradeço ao meu Pai, Marcos Luís Rodrigues de Sousa por tudo que fez por mim, por sempre me incentivar a nunca desistir e por todas as palavras e conselhos, esse sonho é nosso, te amo incansavelmente.

Agradeço às minhas filhas por me fazerem forte, uma delas no céu me guiando e outra aqui do meu lado, mostrando o que de fato importa, Isis (*in memoriam*) e Malu, vocês são tudo pra mim, amo-as com todas as forças dentro de mim.

Agradeço ao meu marido Wellerson Leite, por todo companheirismo e amor, por ser meu exemplo, te amo muito.

Agradeço a todos os amigos e colegas aos quais construí durante a minha vida acadêmica em especial, Ana Cláudia e Rayla, costumo dizer que vocês foram essenciais para que essa caminhada se tornasse mais leve e fácil, obrigada por estarem comigo nos momentos felizes e no pior momento da minha vida, amo a vida de vocês, contem comigo sempre.

Agradeço a toda minha família, todos tiveram sua contribuição na minha trajetória, vocês fazem parte de mim e da minha história. Em especial a minha avó Ana Rodrigues (*in memoriam*) sei que ela está muito feliz, pois lembro do quão ela me incentivou a chegar até aqui, obrigada vó, por suas palavras de amor.

Agradeço a Professora Érica Caldas, por me acolher tão bem e por aceitar me orientar.

Agradeço a todos os professores do Centro de Ciências Biológicas e da Saúde por contribuírem diretamente em minha vida.

E por fim agradeço a Universidade Estadual da Paraíba por todo acolhimento.

*Ao meu primeiro amor, minha filha,  
Ísis Maria Rodrigues de Andrade  
(in memoriam), dedico.*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>7</b>
<b>2 ESTADO DA ARTE.....</b>	<b>9</b>
<i>2.1 Plantas Medicinai</i> s .....	<i>9</i>
<i>2.2 Pandemia</i> .....	<i>10</i>
<i>2.3 Ansiedade</i> .....	<i>13</i>
<b>3 METODOLOGIA.....</b>	<b>15</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO .....</b>	<b>15</b>
<b>5 CONCLUSÃO.....</b>	<b>20</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>21</b>

**O USO DE PLANTAS MEDICINAIS EM DISTURBIOS DE ANSIEDADE  
DURANTE A PANDEMIA DA COVID – 19: Uma revisão de literatura**

**THE USE OF MEDICINAL PLANTS IN ANXIETY DISORDERS DURING THE  
COVID-19 PANDEMIC: A literature review**

<sup>1</sup>Olga Gonçalves Rodrigues\*

**RESUMO**

A saúde humana sempre contou com o saber empírico em relação ao uso de plantas medicinais por diferentes povos e culturas. No final de 2019, em Wuhan na China um novo tipo de vírus da família SARS foi descoberto, o SARS-CoV-2 (do inglês Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus ou síndrome respiratória aguda grave do coronavírus), a qual tomou grandes proporções a partir desse momento o mundo entra em colapso total em todos os sentidos e uma das áreas igualmente afetadas foi a saúde mental, onde os níveis de ansiedade nas pessoas aumentaram. O presente estudo teve como objetivo realizar uma revisão de literatura na perspectiva de avaliar o uso de plantas medicinais para controle de ansiedade, durante a pandemia da COVID-19 e ainda investigar se houve ou não um acréscimo no uso de fitoterápicos. Este estudo é uma revisão 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 e Google Acadêmico. Foram encontrados apenas 25 artigos, após o critério de inclusão restou apenas 10. Conclui-se que as plantas medicinais são eficazes para o controle de ansiedade e que desde do início da pandemia o seu uso aumentou de forma exponencial, com base nos dados coligidos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Plantas medicinais, Covid-19, Ansiedade.

**ABSTRACT**

Human health has always relied on empirical knowledge regarding the use of medicinal plants by different peoples and cultures, at the end of 2019, in Wuhan, China, a new type of virus from the SARS family was discovered, SARS-CoV-2 (from English Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus or severe acute respiratory syndrome of the coronavirus), which took great proportions from that moment on, the world goes into total collapse in every way and one of the equally affected areas was mental health, where anxiety levels in people have increased. The present study aimed to carry out a literature review in order to evaluate the use of medicinal plants to control anxiety during the COVID-19 pandemic and also to investigate whether or not there was an increase in the use of herbal medicines. This study is a literature review that consisted of three steps, establishment of inclusion criteria, selection of articles and search for articles in the SciELO and Google Scholar databases. Only 25 articles were found after the inclusion criterion, only 10 remained. It is concluded that medicinal plants are effective for the control of anxiety and that since the beginning of the pandemic their use has increased exponentially, based on the data collected.

**KEYWORDS:** Medicinal plants, Covid-19, Anxiety.

---

<sup>1</sup> \* Aluna de Graduação em Ciências Biológicas- Bacharelado, na Universidade Estadual da Paraíba- Campus I. E-mail: olgarodrigues795@gmail.com



## 1 INTRODUÇÃO

A saúde humana sempre contou com o saber empírico em relação ao uso de plantas medicinais por diferentes povos e culturas, no Brasil e no mundo, principalmente quando se fala em populações tradicionais, que sempre utilizaram plantas por meio de chás, unguentos, alcoolaturas entre outras formulações, para tratamento e cura de suas enfermidades, usando folhas, raízes, cascas ou outras partes dos vegetais. Povos tradicionais são grupos culturalmente diferenciados e que se reconhecem como tais, que possuem formas próprias de organização social, que ocupam e usam territórios e recursos naturais como condição para sua reprodução cultural, social, religiosa, ancestral e econômica, utilizando conhecimentos, inovações e práticas gerados e transmitidos pela tradição. A tradicional medicina indiana (*Ayurveda*), a medicina chinesa e egípcia, povos das Américas pré-colombianas deixaram um rico legado sobre a utilização medicinal de plantas (ROCHA *et al.*, 2015).

Sobre práticas fitoterápicas o Ministério da Saúde (MS) no ano de 2012, em estudos de práticas alternativas e complementares ao tratamento de doenças afirma que, as plantas medicinais e seus derivados estão entre os principais recursos terapêuticos da MT (Medicina Tradicional) / MCA (Medicina Complementar Alternativa) e vêm, há muito, sendo utilizados pela população brasileira nos seus cuidados com a saúde, seja na Medicina Tradicional/Popular ou nos programas públicos de fitoterapia no Sistema Único de Saúde (SUS), na verdade, a manipulação de plantas para fins medicinais sempre existiu e de acordo com o Ministério da Saúde: “A utilização da natureza para fins terapêuticos é tão antiga quanto a civilização humana” (BRASIL, 2012).

A despeito dos grandes avanços das ciências químicas e farmacêuticas na produção de medicamentos alopáticos, o consumo de produtos naturais, notadamente, fitoterápicos encontra-se ainda disseminado em todo o mundo, possivelmente por tratar-se de medicamentos mais acessíveis economicamente e apresentarem eficácia terapêutica. Esse uso pode ser acrescido em períodos históricos diante de fenômenos relacionados à saúde da humanidade, quando se ocorre de maiores demandas por medicamentos e práticas mais naturais, ((ROCHA *et al.*, 2015). Fatos históricos como os que se desencadearam no final do ano de 2019 com o surgimento de uma crise de proporções mundiais na saúde humana, decorrente do surgimento de uma virose.

Um vírus da família do Coronavírus, uma variação de um coronavírus preexistente, denominado novo coronavírus (SARS-CoV-2) que causa uma doença com manifestações predominantemente respiratórias. Os primeiros casos foram detectados na cidade de Wuhan, na China, sendo posteriormente reconhecida como uma doença infecciosa causada pelo novo coronavírus (COVID-19), essa cidade de início foi considerada epicentro mundial, (WANG *et al.*, 2020).

Devido ao aumento do número de casos na China e em outros países, a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 30 de janeiro de 2020, constituiu “*Emergência de Saúde Pública de Importância Internacional*, o mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional” declarou ser uma emergência de saúde pública internacional (OPAS-Brasil). Em 11 de março de 2020

foi decretado o estado de pandemia e que todos os países do mundo deveriam fazer planos de contingência (WANG *et al.*,2020).

As infecções causadas pelo coronavírus (COVID-19) apresentam formas brandas, mas podendo desencadear formas graves chegando à hospitalização e em alguns casos até a morte. A transmissão da COVID-19 se dá, sobretudo, pelo contato pessoa-pessoa através de gotículas respiratórias e aerossóis exalados por indivíduos infectados durante a fala, respiração, espirro e tosse (BRASIL, 2021).

Com o rápido crescimento de número de infectados e mortos, o epicentro da doença foi mudando rapidamente, da China, para Itália, Espanha, e Reino Unido, sequencialmente, e nos meses de abril e maio, para os Estados Unidos da América (EUA), onde o número de casos superou todos os países. No Brasil o primeiro caso, foi registrado em São Paulo, em um homem de 61 anos de idade, que testou positivo para a SARS-CoV-2 no dia 25 de fevereiro de 2020, após retornar da Itália (OPAS BRASIL, 2020)

Devido à disseminação mundial da doença, a OMS declarou o COVID-19 uma epidemia global em 21 de março (BEZERRA; SILVA; SOARES, 2020). O Brasil, até 12 de março de 2022, registrou aproximadamente 30 milhões de casos e mais de 600 mil mortes (BRASIL, 2021). Com a chegada do COVID-19 no Brasil, diversas medidas de controle e prevenção da doença foram adotadas pelas autoridades sanitárias locais em diferentes esferas administrativas, das federais às municipais. Essas medidas se diferenciam de uma região para outra do país, entretanto a medida mais decidida pelas autoridades foi a prática do distanciamento social, entendida de forma geral pela população e pela mídia, como isolamento (PIRES, 2020; FARIAS, 2020).

O isolamento social e a decretação de lockdown necessários, recomendado pelas autoridades de saúde, OMS e MS, apesar de representar a melhor estratégia de prevenção da contaminação da doença, trouxe além disso, ansiedade, impactos na vida das pessoas, ocasionando o distanciamento de famílias, amigos, e conseqüentemente a quebra de ciclos e vínculos familiares e de certa forma do convívio diário, uma vez que, além do distanciamento houve um número elevado de mortes e, portanto, aumento dos danos psicológicos nas pessoas (ORNELL *et al.*,2020).

A partir desse momento o mundo entra em colapso total em todos os sentidos e uma das áreas igualmente afetadas foi a saúde mental, onde os níveis de ansiedade, depressão, estresse, angústia registraram aumento de casos atingindo públicos de várias idades, infância, adolescência, adultos e idosos. Muitos sem conseguir administrar essa nova forma de viver. (ROLIM *et al.*, 2020).

Ao mesmo tempo que se protege de uma doença, acaba sobrecarregando a mente e conseqüentemente criando problemas psicológicos, pois a atual situação gera medo, angústia e preocupações. Diante de todo esse cenário de problemas psicológicos uma elevada busca de alternativas que viessem a combater esses problemas foi observada durante a pandemia, e dentre estas prováveis soluções estavam presentes o uso de produtos naturais como as plantas medicinais, para amenizar ou controlar os distúrbios da ansiedade. Considerando esse cenário, o presente estudo teve como principal objetivo realizar uma revisão de literatura na perspectiva de avaliar o uso de plantas medicinais para controle de ansiedade, durante a pandemia da COVID-19 e ainda investigar se houve ou não um acréscimo no uso de fitoterápicos nesse período, com essa finalidade.

## 2 ESTADO DA ARTE

### 2.1 Plantas Mediciniais

As plantas medicinais são bastante usadas para tratamento, cura e prevenção de doenças, configurando-se como uma das mais antigas práticas terapêuticas registradas e utilizadas pela humanidade e em alguns lugares uma das mais comuns. Na antiguidade era o meio mais utilizado para cura e até mesmo prevenção de doenças, (VEIGA JUNIOR *et al.*, 2005). Ao longo do tempo têm sido registrados variados procedimentos clínicos tradicionais utilizando plantas e seus potenciais terapêuticos.

A utilização das plantas medicinais é bem mais antiga do que se pode imaginar, o homem faz uso das plantas, pela necessidade de sobrevivência, levando-o à descoberta de possíveis aplicações terapêuticas de determinadas espécies (RIBEIRO, 1996). As comunidades tradicionais em função da forte influência do meio natural apresentam modos de vida e cultura diferenciados. Seus hábitos estão diretamente submetidos aos ciclos naturais e a forma como aprendem a realidade e a natureza é baseada não só em experiências e racionalidades, mas em valores, símbolos, crenças e mitos (MONTELES, *et al.*, 2007). A Organização Mundial de Saúde (OMS) no ano de 1978, passou a reconhecer a fitoterapia como terapia alternativa de enfermidades humanas, (ALVARENGA *et al.*, 2017). Praticamente com exceção do século XX, toda a história da cura encontra-se fortemente ligada às plantas medicinais e aos recursos minerais.

Ao longo e ao largo do caminhar histórico das sociedades humanas numerosas experiências de usos terapêuticos de vegetais encontram-se registradas em documentos históricos dessas sociedades.

Os egípcios, sob a proteção de Imhotep, o Deus da cura, e a sapiência de seus diversos sacerdotes, muitos com funções médicas definidas, tornaram-se famosos pelos seus conhecimentos com os incensos, as resinas, as gomas e mucilagens que faziam parte da arte da mumificação. (ALMEIDA *et al.*, 2003). O egiptólogo alemão Yorg Ebers, no final do século XIX, ocasionalmente teve acesso a um longo papiro datado de aproximadamente 1.500 a.C., que após tradução passou para a história como “Papiro de Ebers”, um dos mais importantes documentos da cultura médica. O Papiro inicia com a audaciosa frase “Aqui começa o livro da produção dos remédios para todas as partes do corpo humano ...” (ALMEIDA *et al.*, 2003)

Os antigos médicos hindus, conheciam uma droga poderosa devido à forma semilunar de seus frutos, usados contra cefaleia e angústia. Eram chamados de “remédio para homens tristes”. Conquistando o mercado farmacêutico mundial em meados do século XX como hipotensora e calmante, a *Rauwolfia serpentina* L., fonte de reserpina. (ALMEIDA *et al.*, 2003).

No Brasil indígenas e quilombolas carregam consigo e ainda praticam os costumes de seus antepassados, entre esses costumes encontra-se a prática do uso das plantas medicinais como uma alternativa para as curas e tratamentos de suas enfermidades. Os habitantes da comunidade conhecem perfeitamente as ervas que utilizam, sabendo inclusive as enfermidades para a qual a planta é utilizada (SANTOS SALES *et al.*, 2009).

Observa-se que as comunidades tradicionais apresentam modos de vida e cultura diferenciados, devido à forte influência do meio natural, a qual seus hábitos estão diretamente submetidos aos ciclos naturais (MONTELES; PINHEIRO, 2007).

Estudos envolvendo o conhecimento e utilizações populares das plantas para os mais diversos fins, entre eles os medicinais, são desenvolvidos pela Etnobotânica, que engloba a maneira como um grupo social classifica e utiliza as plantas. Portanto, a etnobotânica, pode ser definida como o estudo das sociedades humanas, passadas e presentes, e todos os tipos de inter-relações: ecológicas, evolucionárias e simbólicas; reconhecendo a dinâmica natural das relações entre o ser humano e as plantas (ALEXIADES, 1996).

Maciel *et al.*, (2002) afirmam que, as observações populares sobre o uso e a eficácia de plantas medicinais contribuem de forma relevante para a divulgação das potencialidades terapêuticas das plantas, e também desperta o interesse de pesquisadores de áreas como a botânica, farmacologia, fito química, enriquecendo o conhecimento e intensificando a utilização de muitas plantas.

## **2.2 Pandemia**

Os vírus do grupo definido como coronavírus foram descobertos em 1930 em aves domésticas. Em seres humanos esses vírus causam doenças respiratórias, gastrointestinais, hepáticas e neurológicas graves, que podem evoluir para óbito. Três dos sete coronavírus existentes provocam doenças em seres humanos e, no século XXI, causaram grandes surtos de pneumonia fatal (WANG *et al.*, 2020).

No final de 2019, em Wuhan na China um novo tipo de vírus da família SARS foi descoberto, o SARS-CoV-2 (do inglês *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus* ou síndrome respiratória aguda grave do coronavírus), devido a sua grande disseminação houve um aumento de casos em vários lugares do país, alguns dias depois foi decretado emergência de saúde pública de importância internacional, pouco tempo depois se tornou uma Pandemia (WANG *et al.*, 2020; XIAO, 2020). O mundo inteiro se dedicou para estudar mais sobre o SARS-CoV-2 (Coronavírus ou COVID-19).

O primeiro caso da doença no Brasil, foi registrado em São Paulo, em um homem de 61 anos de idade, que testou positivo para a SARS-CoV-2 no dia 25 de fevereiro de 2020, após retornar da Itália, (LEMONS, 2020). As infecções do COVID-19 apresentam formas brandas, porém podendo desencadear formas graves chegando à hospitalização e em alguns casos até a morte. A transmissão da COVID-19 se dá, principalmente, pelo contato pessoa-pessoa através de gotículas respiratórias e aerossóis exalados por indivíduos infectados durante a fala, respiração, espirro e tosse (WANG *et al.*, 2020).

Por possuir alta transmissibilidade tornou-se um grande desafio para os sistemas de saúde de todo mundo. A comunidade científica voltou seus esforços à busca de soluções e estratégias para conter a disseminação do vírus, destacando-se a realização de testes diagnósticos e detecção rápida, visando identificar as pessoas infectadas e direcioná-las ao isolamento, e assim quebrar a cadeia de transmissão da doença.

As infecções causadas pelo SARS-CoV-2 podem variar de casos assintomáticos a manifestações clínicas leves ou até quadros moderados e graves, sendo necessário um

cuidado especial aos sinais e sintomas que indicam piora do quadro clínico que exijam a hospitalização do paciente. Os casos assintomáticos são classificados por teste laboratorial positivo para Covid-19 e ausência de sintomas. Casos leves, caracterizados a partir da presença de sintomas não específicos, como tosse, dor de garganta e coriza, seguido ou não de anosmia, ageusia, diarreia, dor abdominal, febre, calafrios, mialgia, fadiga e/ou cefaleia. (BRASIL,2020)

Nos casos moderados os sintomas mais frequentes podem incluir desde sinais leves da doença, como tosse e febre persistentes diária, até sinais de piora progressiva de outro sintoma relacionado à Covid-19 (adinamia, prostração, hiporexia, diarreia), além da presença de pneumonia sem sinais ou sintomas de gravidade. Casos graves, considera-se a Síndrome Respiratória Aguda Grave (Síndrome Gripal que apresente dispneia/desconforto respiratório ou pressão persistente no tórax ou saturação de oxigênio menor que 95% em ar ambiente ou coloração azulada de lábios ou rosto) (BRASIL,2020).

Nas crianças, os principais sintomas incluem taquipnéia (maior ou igual a 70 rpm para menores de 1 ano e maior ou igual a 50 rpm para crianças maiores que 1 ano), hipoxemia, desconforto respiratório, alteração da consciência, desidratação, dificuldade para se alimentar, lesão miocárdica, elevação de enzimas hepáticas, disfunção da coagulação, rabdomiólise, cianose central ou SpO<sub>2</sub> <90-92% em repouso e ar ambiente, letargia, convulsões, dificuldade de alimentação/recusa alimentar (BRASIL,2020).

Os testes de diagnóstico para a COVID-19, continuam em constante evolução. A reação em cadeia da polimerase com transcrição reversa (RT-PCR) foi considerada método-padrão de referência para confirmação da infecção, pois detecta o ácido nucléico do vírus SARS-CoV-2 no escarro, esfregaços de garganta e secreções das amostras do trato respiratório inferior nos primeiros sete dias de infecção, (CARVALHO ARVS *et al.*, 2020).

Os ensaios imuno enzimáticos e os imunocromatográficos detectam a infecção de forma indireta, medindo a resposta imune do hospedeiro à infecção, (FREITAS; BARCELLOS & VILLELA, 2021). Desde o início da pandemia, no Brasil, até os dias atuais já se contabiliza cerca de 30 milhões de casos e cerca de 650 mil mortes causadas pela COVID - 19. Todo o mundo científico começou a estudar incansavelmente em busca de uma vacina para acabar com a pandemia.

As vacinas desenvolvidas de maior interesse para a população brasileira são vacinas de vírus inativado (parceria Sinovac e o Instituto Butantan), vacinas com utilização de um vetor viral - um adenovírus atenuado (AAV) [parceria AstraZeneca, Universidade de Oxford e Fundação Oswaldo Cruz (Fiocruz) e Sputnik V®] e vacinas baseadas em RNA mensageiro (RNAm) (Pfizer e Moderna). (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020)

Duas tecnologias de vacinas direcionadas ao vírus SARS-CoV-2 foram aprovadas pela ANVISA e estão em uso no Brasil: vacina de vírus inativado, tecnologia empregada na preparação da vacina desenvolvida por meio de parceria entre a companhia farmacêutica chinesa Sinovac e o Instituto Butantan; vacina com utilização de um vetor viral, um adenovírus de chimpanzé atenuado, método empregado na vacina desenvolvida

por meio de parceria entre a companhia farmacêutica AstraZeneca, Universidade de Oxford e Fundação Oswaldo Cruz (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Consideradas eficazes e seguras, já tendo passado por testes clínicos com mais de 57 mil voluntários em sete países. Dados divulgados sobre a eficácia da vacina Covid-19 de Oxford-AstraZeneca, que a Fiocruz vai produzir no Brasil, reforçam a necessidade de se manter o protocolo de duas doses e o intervalo longo entre as doses, de três meses, para uma taxa maior de eficácia. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

Estudos mostram que na primeira dose da vacina já garante eficácia geral de 76%, dos 22 aos 90 dias após a aplicação, uma informação importante que pode subsidiar decisões dos planos de vacinação, já que o número de vacinas disponíveis ainda é escasso em todo o mundo. Depois desse período, com uma segunda dose de reforço, a eficácia da vacina sobe para 82,4%, confirmando os dados da produção de anticorpos já descritos anteriormente. Em casos mais graves da doença, a eficácia foi de 100%, uma vez que não houve internações hospitalares. Esses novos dados reforçam as análises interinas de diversas agências regulatórias em todo o mundo, que autorizaram o uso emergencial da vacina. Em 16 de março, a Fiocruz reforçou posição de agências reguladoras sobre segurança da vacina de Oxford-AstraZeneca (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2020).

No Brasil, o Programa Nacional de Imunizações (PNI) ligado ao SUS vem desenvolvendo metas ao longo dos anos, disponibilizando de forma gratuita imunização contra diversas doenças de importância epidemiológica, como sarampo, hepatite, febre Amarela e poliomielite, esta última considerada erradicada no país (ARAÚJO *et al.*, 2021). Todas as vacinas necessitam de pesquisas preliminares, testes e monitorização de estudos clínicos de fase I, II e III, posteriormente.

Os resultados favoráveis de eficácia e segurança podem então prosseguir para a fase IV pós-aprovação e pós-comercialização onde a análise se dá mediante ao uso pela população no geral (ARAÚJO *et al.*, 2021). Martins *et al.* (2021), relataram dez motivos para a indicação da vacina, os autores descreveram a importância da manutenção das eficazes e comprovadas medidas de prevenção ao contágio pela COVID-19: higienização das mãos, uso de máscaras e distanciamento social.

No início de 2021, com o desenvolvimento de múltiplas vacinas com eficácia e segurança comprovadas, o principal desafio relacionado à resposta COVID-19 era garantir a imunização em massa oportuna. Uma das maiores conquistas da saúde coletiva é a vacinação por seus benefícios imensuráveis, reduzindo de forma significativa, controlando e erradicando agravos. Ao longo da história observa-se que as práticas de vacinação programadas e organizadas evitam milhões de óbitos e controlam a evolução de várias doenças.

No Brasil, a cobertura vacinal se iniciou por dois grupos prioritários: profissionais da saúde por estarem na linha de frente e população idosa, pelo maior risco de morte por COVID-19, que aumenta com a idade, especialmente entre os portadores de doenças crônicas. Acompanhada de perto pela sociedade e frequentemente exposta em mídias sociais, a sequência da cobertura vacinal de acordo com os grupos prioritários, deve ser gerenciada e rigorosamente monitorada por profissionais da saúde. Os laboratórios responsáveis pela produção da CoronaVac, Oxford/AstraZeneca e Pfizer/BioNTech

recomendam a aplicação de duas doses de imunizante para um combate mais eficiente à doença. (BRASIL, 2020)

Segundo médicos e autoridades, a diminuição dos números de Covid é um resultado direto do avanço da vacinação. Queda de 90% no número de casos e óbitos pela Covid-19 com o avanço da maior campanha de vacinação da história do Brasil, a força do Sistema Único de Saúde (SUS) no combate à pandemia. Além dos danos físicos causados pelo Covid-19, houveram também os danos psicológicos, onde as pessoas acabaram desencadeando ansiedade devido a situação de todo mundo e principalmente do Brasil (BRASIL,2020).

### **2.3 Ansiedade**

Algum momento no período histórico aconteceu fenômenos relacionados à saúde da humanidade que mudou o comportamento social da população, refletindo na sua forma de pensar e agir com determinadas situações (BATISTA, 2020; BATISTA; LOOSE, 2020). Com as inúmeras mudanças vivenciadas diante da pandemia, nem todas as pessoas têm conseguido lidar com essas mudanças. O isolamento e/ou distanciamento social necessários, recomendado pelas autoridades de saúde, Organização Mundial da Saúde (OMS) e Ministério da Saúde (MS), embora fosse a melhor estratégia de prevenção da contaminação da doença, trouxe também ansiedade. Ao mesmo tempo que se protege de uma doença, acaba sobrecarregando a mente e consequentemente criando problemas psicológicos, pois a atual situação gera medo, angústia e preocupações.

De maneira inevitável se registrou aumento do número de pessoas com problemas psicológicos à procura de ajuda e refúgio até mesmo através de métodos naturais (SILVA *et al.*, 2020). Nesse sentido, é necessário considerar todas as ações contempladas na assistência e no atendimento, como um modelo acolhedor à pessoa em sofrimento mental (SILVA *et al.*, 2017). Sabe-se que a utilização de ervas e plantas medicinais para tratar sintomas de doenças está muito presente na cultura brasileira, usada desde a antiguidade, o baixo custo e uso sustentável dos recursos tem respondido pela ampla utilização de práticas alternativas e tradicionais de uso de plantas como forma de cuidado (BERNIERI, 2020).

As pandemias são causadoras de forte impacto social, econômico e político. Por exemplo, no contexto português, da pandemia de gripe de 1918-1919, conhecida em Portugal por “Pneumônica”, revelou-se uma das mais mortíferas, tendo afetado uma em cada três pessoas em nível mundial, o que corresponde a cerca de 500 milhões de pessoas. Em Portugal foi responsável pela morte de cerca de 2% da população (SOBRAL; LIMA, 2018). Se em 1918-1919 a prioridade não assentava em conhecer os efeitos psicológicos da pandemia, em 2020, além de todos os esforços da comunidade científica para se chegar à etiologia e ao tratamento da COVID-19, as respostas à questão têm sido várias e têm implicado áreas muito diversas do conhecimento.

O medo e a ansiedade sobre uma doença podem causar emoções fortes em adultos e crianças. Lidar com o estresse pode tornar as pessoas mais fortes para enfrentar a situação. Em meio a esse cenário, as pessoas podem responder mais fortemente ao estresse de uma crise, entre essas estão incluídos grupos de idosos e pessoas com doenças crônicas, que apresentam maior risco de agravamento da COVID-19 (BARBOSA FERNANDES *et al.*, 2021).

O isolamento social tem relação direta com o aumento de transtornos de ansiedade devido à incerteza em relação à clínica da doença, assim como o medo de ainda não haver o tratamento específico (RIBOT REYES, 2020).

A ansiedade é um fenômeno natural, a qual permite que o indivíduo se prepare para situações diversas. No entanto, os transtornos de ansiedade se resumem em respostas inadequadas a estímulos estressores, o que pode propiciar um maior tempo de ansiedade e maior intensidade dos seus sintomas, resultando no comprometimento funcional e sofrimento para os indivíduos. A sua clínica se resume em sintomas, incluindo taquicardia, sensação de asfixia, irritabilidade, inquietação, insônia, entre outros.

O diagnóstico da ansiedade patológica de acordo com Hossain (2020), se dá por meio da clínica e seu tratamento irá depender do agravo para o indivíduo, o qual se resume desde o acompanhamento até sua complementação com antidepressivos, visto que frequentemente os transtornos de ansiedade são crônicos e resistentes à terapia. Com isso, pode-se perceber uma relação direta entre a pandemia e a ansiedade, sendo necessária a promoção de saúde com intuito de garantir uma melhor saúde mental para os indivíduos.

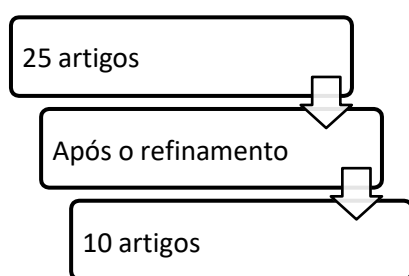


### 3 METODOLOGIA

O estudo apresenta uma metodologia de investigação científica, com a finalidade de reconhecer e sintetizar análises primárias, teóricas e empíricas, que possibilitam uma síntese completa da elaboração do conhecimento a respeito de um assunto ou tema (MINAYO, 2010), tratando de uma revisão de literatura em que foram analisados artigos abordando o uso de plantas medicinais para tratamento de distúrbios de ansiedade, por fatores sociais que buscaram nesse período alternativas naturais com tratamento de fitoterápicos no Brasil, considerando o cenário da pandemia e todos aspectos psicossociais a ele associados.

Desenvolvido com base em dados coligidos no *Google Scholar* e *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO), entre novembro de 2021 a fevereiro de 2022, a pesquisa teve como principal critério de inclusão o uso de artigos científicos, impressos ou *online*, com acesso aberto, cujo escopo estivesse alinhado com os objetivos da mesma. Não foram utilizados na coleta de dados livros, monografias, dissertações ou teses, quando seus temas não apresentassem relação com o eixo norteador da pesquisa, ou que apresentassem informações repetidas, critérios de exclusão.

Em uma segunda etapa efetuou-se a busca dos artigos, utilizando-se como filtros as palavras chave, “*Plantas medicinais’ e Ansiedade*”, “*Uso de plantas medicinais durante a pandemia no Brasil*”, “*COVID-19 e ansiedade*”, para ambos os bancos de dados, em seguida procedeu-se a seleção dos artigos que atendiam aos critérios estabelecidos para a pesquisa. Na terceira etapa foram encontrados 25 artigos, após aplicado o critério de exclusão restou apenas 10, que foram selecionados e posteriormente analisados, conforme destacado na sequência abaixo.



### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Encontram-se apresentados no Quadro 1 os artigos selecionados para a realização dessa revisão, após o alinhamento e posterior análise segundo os critérios de inclusão. Pode-se observar que mesmo com um amplo uso de plantas medicinais, pesquisas que abordam a temática das plantas medicinais e práticas alternativas de tratamento da ansiedade relacionados ao cenário da COVID – 19 ainda são incipientes, provavelmente este fato está associado ao ineditismo do tema.

**Quadro 1-** Artigos selecionados com as interfaces/filtros: plantas medicinais – ansiedade – COVID – 19 e suas associações com o gênero no período de novembro de 2021 a fevereiro de 2022.

Artigos	Gênero mais evidenciado na pesquisa
Uso de plantas medicinais no controle da ansiedade frente á COVID-19, (PAULINO; ALVES; PESSOA, 2021).	Feminino
Avaliação do consumo de <i>Valeriana</i> e <i>Passiflora</i> durante pandemia COVID-19. (PESSOLATO <i>et al.</i> , 2021)	Feminino
Utilização da <i>Piper methysticum</i> L. e <i>Passiflora incarnata</i> L. no tratamento de transtorno de ansiedade generalizada. (SILVA <i>et al.</i> , 2021).	Feminino/Masculino
Uso de plantas medicinais no tratamento de ansiedade no ambiente acadêmico (SILVA <i>et al.</i> , 2020).	Feminino
Utilização etnobotânica da espécie medicinal <i>Melissa officinalis</i> L. para o tratamento da ansiedade (JESUS; OLIVEIRA, 2021)	Feminino
<i>Rosmarinus officinalis</i> L. para o tratamento da ansiedade: uma revisão de literatura, (PIMENTEL, 2021).	Masculino
Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa (MANGUEIRA <i>et al.</i> , 2020).	Feminina
Plantas medicinais e fitoterápicos na promoção à saúde no transtorno de ansiedade: uma revisão de literatura aos profissionais, (ZENI <i>et al.</i> , 2021).	Feminino/masculino
O uso de plantas medicinais é efetivo para o controle de sintomas depressivos em adultos? Uma revisão integrativa. (SANTOS <i>et al.</i> , 2022).	Masculino
Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade: uma revisão da literatura, (SILVA SANTOS; SOUZA SILVA; VASCONCELOS, 2021).	Feminino/masculino

**Fonte:** Dados coligidos pela autora, 2022.

Estão expressas no Quadro 2 as espécies citadas nos artigos selecionados utilizados no tratamento da ansiedade, segundo estudos destacados no Quadro 1.

**Quadro 2-** Espécies vegetais citadas nos estudos sobre o uso de plantas medicinais para tratamento da ansiedade, no período estudado. Novembro de 2021 a fevereiro de 2022.

Espécie	Família	Nome Popular	Parte Utilizada
<i>Melissa officinalis</i> L.	Lamiaceae	Erva Cidreira;	Folhas e flores;
<i>Matricaria chamomilla</i> L.	Asteraceae	Camomila;	Folhas e flores;
<i>Valeriana officinalis</i> L.	Valerianaceae	Valeriana; erva gata;	Raiz;
<i>Passiflora incarnata</i> L.	Passifloraceae	Maracujá;	Folhas;
<i>Cymbopogon citratus</i> D.C.	Poaceae	Capim cidreira/limão;	Folhas;
<i>Mentha piperita</i> L.	Lamiaceae	Hortelã;	Folhas;
<i>Piper methysticum</i> L.	Piperaceae	Kava-Kava;	Rizomas;
<i>Hypericum perforatum</i> L.	Hypericaceae	Hipérico; erva de São João;	Flores;
<i>Crocus sativus</i> L.	Iridaceae	Açafrão;	Pó;
<i>Salix alba</i> L.	Salicaceae	Salgueiro branco;	Flores;
<i>Crataegus oxyacantha</i> L.	Rosaceae	Espinheiro branco;	Folhas;
<i>Rosmarinus Officinalis</i> L.	Lamiaceae	Alecrim;	Folhas e flores;

**Fonte:** Elaborado pela autora, 2022.

O Quadro 2 destaca também as famílias botânicas, nomes comuns e partes das plantas utilizadas, em conformidade com as informações relatadas nos artigos estudados. Pessolato *et al.*, (2021), em pesquisa realizada com pessoas acometidas de transtornos de ansiedade durante a pandemia da COVID – 19, revelam um aumento na procura por métodos alternativos, a fim de amenizar ou tratar os sintomas persistentes, sendo assim havendo uma preferência pela medicina fitoterápica, já que a mesma pode ser encontrada com facilidade em drogarias e farmácias e muitas vezes comercializadas sem a necessidade de prescrição médica, através das plantas *in natura*.

No mesmo artigo os autores acima citados evidenciam que as plantas mais indicadas e referenciadas para os sintomas de ansiedade, insônia e estresse são a *Passiflora incarnata* L.) e *Valeriana (Valeriana officinalis* L.), conhecidas como “calmantes naturais”, com isso houve um aumento de vendas nas drogarias, justamente no período pandêmico. Durante o período pesquisado, foi possível observar um aumento duas vezes maior das marcas Pasalix® e Calman® ambos têm um dos principais ativos, a *Passiflora*. Mostrando que o uso de medicamentos naturais com ação ansiolítica obteve uma maior procura durante a pandemia COVID-19 (PESSOLATO *et al.*, 2021).

Silva *et al.*, (2021), em análises realizadas com as espécies *P. incarnata* e *Piper methysticum* L. como meio alternativo para tratamento de ansiedade em contraposição aos alopáticos, mostraram que o maracujá (*P. incarnata*) e a kava-kava (*P. methysticum*)

são eficazes para o tratamento do Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), as espécies apresentam alto valor medicinal, propriedades farmacológicas ansiolíticas, anticonvulsivantes e sedativas e menor probabilidade de efeitos colaterais e dependência. O mesmo artigo fala sobre os números de portadores de TAG e como a pandemia tem contribuído para o agravamento e aumento de novos casos.

Pesquisas com espécies do gênero *Passiflora* e *P. methysticum* para terapêutica da ansiedade, depressão, insônia e estresse são inúmeros, pode-se destacar mais recentemente os trabalhos de Silva *et al.*, (2020), que realizaram um estudo do perfil da produção fitoterápica no tratamento da ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras e Bortoluzzi *et al.*, (2020), com uma revisão de literatura sobre espécies de uso medicinal para tratamento de ansiedade.

Silva (2020) desenvolveu uma pesquisa em ambiente acadêmico, abordando a temática da ansiedade e o uso de plantas medicinais e constatou que a taxa dos estudantes que apresentaram sintomatologia característica de TAG é cerca de 27 vezes maior que a prevalência mundial e 10 vezes maior que a taxa de prevalência no Brasil. Além disso, 80% dos indivíduos consideram-se ansiosos, entretanto, destes, apenas metade possuem diagnóstico. No entanto, devido a situação que o país e o mundo enfrentam, em decorrência da pandemia da COVID-19, os resultados podem ter sofrido influência devido a este cenário de tensão e incertezas que impactam na saúde mental, desencadeando eventos de ansiedade, pois os dados foram coletados em meio a este período.

No Artigo de Silva, 2020 ele mostra que os medicamentos alopáticos têm sido amplamente empregados no tratamento de TAG, cerca de 30% dos indivíduos entrevistados utilizam ou já utilizaram e houve melhora e alívio de sintomas. Entretanto, somente 14% dos estudantes utilizam ou já utilizaram fitoterápicos para tratamento da ansiedade, o baixo percentual possivelmente está relacionado ao tempo necessário para atingir o efeito terapêutico, que pode ser em longo prazo, favorecendo o abandono do tratamento. O estudo evidenciou ainda algumas espécies como mais utilizadas na terapêutica da ansiedade, destacam-se *P. incarnata* como a mais utilizada pelo conhecimento popular, com ação calmante e ansiolítica, pois esta planta medicinal é facilmente encontrada. O pasalix é um fitoterápico que possui em sua composição *P. incarnata* associada a *Crataegus oxyacantha* e o *Salix alba*, porém ainda não há estudos que comprovem embasamento da planta medicinal *C. oxyacantha*.

Paulino e Pessoa (2021), desenvolveram uma pesquisa no município de Muombaça – CE para investigar se os atores sociais participantes do estudo faziam uso de plantas medicinais para tratar eventuais problemas de ansiedade durante a pandemia, os entrevistados afirmaram que procuravam recurso natural para o controle da ansiedade e as plantas medicinais mais usadas e evidenciadas em artigo foram camomila (*Matricaria chamomilla* L.) com 26% e erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.) com 13% e as partes principais para o uso de chá eram as folhas e frutos. Espécies com reconhecida e eficaz ação calmante por vários autores (ANDRADE *et al.*, 2017; COSTA, 2018; MARINHO *et al.*, 2011).

Jesus de Oliveira (2021), mostra que a *M. officinalis* L. é usada popularmente desde a antiguidade, para tratar de crises nervosas, taquicardia, melancolia, histerismo e ansiedade. Possui uma importância ímpar, sua utilização com inúmeros benefícios, por isso há um mercado em potencial para essa planta. O Brasil vem utilizando esta espécie na forma de chá, preferencialmente com a planta fresca, como calmante nos casos de

ansiedade e insônia, assim como a indústria farmacêutica vem investindo na produção de fitoterápico como calmante utilizando a espécie *M. officinalis* L, o estudo mostra o quanto é importante essa espécie para tratamento de ansiedade.

Pimentel (2021), no artigo *Rosmarinus officinalis* L. para o tratamento da ansiedade: uma revisão de literatura, mostra pesquisas que incluem o *R. officinalis* no tratamento da ansiedade nas formas de tintura, chá, e óleo essencial como moderador na redução do cansaço físico e mental, a importância, e o uso e a aplicação do *R. officinalis* no tratamento da ansiedade comum e na forma psicopatológica, destacando seu uso como socialmente valioso pela aplicação nas áreas psicológicas, psiquiátrica e nutricional e afirmando que a utilização da espécie no programa de pesquisa e intervenção em psicoterapia é promissor, favorecendo a melhora de concentração.

De acordo com Souza e Silva (2018), os fitoterápicos associados ao tratamento dos distúrbios do sono, ansiedade e depressão leve, presentes na Lista de Fitoterápicos de Registro Simplificado são: *H. perforatum*, indicado como antidepressivo leve; Kava-kava (*P. methysticum*) para ansiedade e insônia, sendo o seu uso máximo por até dois meses; *Valeriana officinalis* como sedativo moderado, hipnótico e no tratamento de distúrbios do sono associados à ansiedade; Erva-Cidreira (*M. officinalis*) como carminativo, antiespasmódico e ansiolítico leve e Maracujá (*P. edulis*) como ansiolítico leve. *R. officinalis* é estimulante, uma dentre suas propriedades associadas ao tratamento da ansiedade, atuando sobre o sistema nervoso no cansaço mental físico.

No trabalho de Manguiera *et al.*, 2020, intitulado: Saúde mental das crianças e adolescentes em tempos de pandemia: uma revisão narrativa, foram analisadas as múltiplas consequências para a saúde mental infanto-juvenil, avaliando-se os aspectos relacionados à doença em questão e suas repercussões psicossomáticas desencadeadas ou intensificadas em momentos excepcionais como o de isolamento social. Fatos excepcionais como estes acabam por desencadear uma maior visibilidade nas terapêuticas naturais, como a fitoterapia que é parte integrante das PICs (Práticas Integrativas e Complementares), consistindo no uso de plantas medicinais em suas diferentes formas terapêuticas, sendo uma técnica de atenção básica à saúde, utilizada tanto na prevenção quanto no tratamento de doenças (COSTA, *et al.*, 2019).

Muitas dessas plantas são consideradas seguras e de fácil acesso, a exemplo das espécies *H. perforatum* (erva de São João), *V. officinalis* (valeriana) e *P. incarnata* (maracujá), que demonstraram, em estudos clínicos já realizados, boa tolerância e mínimos efeitos colaterais (TROMPETTERI, *et al.*, 2013). A *Matricaria recuitta* L. (camomila) é amplamente utilizada devido às suas propriedades, como já citadas por outros artigos. Períodos de incerteza são um grande desafio para todos, principalmente para os pais e filhos, deste modo, é fundamental que os pediatras e demais profissionais da saúde, estejam atentos para reconhecerem possíveis prejuízos funcionais e adotarem estratégias terapêuticas em tempo hábil, pretendendo evitar a progressão para quadros clínicos de mais difícil controle (Manguiera *et al.*, 2020).

Zeni *et al.*, 2021, em um estudo sobre Plantas medicinais e Fitoterápicos na Promoção a Saúde no Transtorno de Ansiedade: uma revisão de literatura de apoio aos profissionais, mostra que foram analisadas plantas medicinais e fitoterápicos que constam nos documentos do Ministério da Saúde e, deste modo, podem ser indicados por profissionais no Sistema Único de Saúde (SUS) para o tratamento complementar do transtorno de ansiedade, com destaque para as espécies: *Passiflora incarnata* L, *Valeriana officinalis* L, *Matricaria chamomilla* L, *Hypericum perforatum* L, *Melissa*

*officinalis* L, *Piper methysticum* L, abordando as principais formulações, composição química, evidências clínicas, efeitos adversos, contraindicações e interações medicamentosas.

Em seu trabalho de revisão Santos *et al.*, 2022 em O uso de plantas medicinais é efetivo para o controle de sintomas depressivos em adultos? Uma revisão integrativa mostra que *Crocus sativus* manifestou efeito significativo na redução da depressão (MAZIDI *et al.*, 2016), sendo eficaz para o controle de sintomas depressivos, mesmo diante de uma razão de números pequenos estudados. Os efeitos das plantas medicinais foram medidos comparando-as com outros medicamentos antidepressivos, com placebo e como adição ao medicamento antidepressivo (SANTOS *et al.*, 2021)

Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade: uma revisão da literatura. (SILVA SANTOS; SOUZA SILVA; VASCONCELOS, 2021), mostra que diante da incerteza que o mundo vive e o pensamento demasiado de coisas negativas acaba causando efeitos negativos na mente das pessoas e diante disso o método de alternativas naturais aumentou, com isso foi realizada uma investigação sobre a eficácia de algumas plantas medicinais dentre elas: hortelã (*Mentha* sp.), Erva cidreira (*M. officinales*), maracujá (*P. incarnata*), valeriana (*V. officinalis*) sendo comprovada sua eficácia e benefícios à saúde.

## 5 CONCLUSÃO

As pandemias estão associadas às mais diversas implicações na vida das pessoas, podendo ser observadas sensações de medo, tédio, ansiedade além de alterações dos padrões de sono, alimentação e comportamento. Diante dos estudos analisados sobre o uso de plantas medicinais em distúrbios de ansiedade durante a pandemia da COVID-19, observa-se o quanto a pandemia aflorou a ansiedade nas pessoas devido ao isolamento social e o quão as plantas medicinais estão presentes como uma alternativa de tratamento natural e satisfatório. Conclui-se que as plantas medicinais são eficazes para o controle de ansiedade e que desde do início da pandemia o seu uso aumentou de forma exponencial, com base nos dados coligidos.

## REFERÊNCIAS

- ALEXIADES, M. N. **Selected guidelines for ethnobotanical research**: a field manual. New York, T. New York Botanical Garden Press. 1996.
- ALMEIDA, M. Z. **Plantas Mediciniais** [online]. 3rd ed. Salvador: EDUFBA, 2011, 221 p. ISBN 978- 85-232-1216-2. Available from SciELO Books.
- ALMEIDA, J. S.; KAIRALA, R. C. O. M.; PEREIRA, A. G. COSTA, G. B.; CRUZ, R. C. R. SOUZA JUNIOR, J. R. FURTADO, R. A. COVID-19 e a infecção por SARS-CoV-2 em um panorama geral. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 3508-3522, 2020.
- ANDRADE, S. A. L. TRISTÃO, M. I. S.; MIGUEL, M. D.; DIAS, J. F. G.; GOMES, E. C. BURCI, L. M.; PAULA, C. S. Fitoterápicos da relação nacional de medicamentos essenciais no Brasil. **Revista Cubana de Plantas Mediciniais**, v. 22, n. 1, p. 1-8, 2017.
- BARBOSA, L. N. F.; MELO, M. C. B. D.; CUNHA, M. D. C. V. D.; ALBUQUERQUE, E. N. COSTA; J. M.; SILVA, E. F. F. D. Frequência de sintomas de ansiedade, depressão e estresse em brasileiros na pandemia COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 21, 413-419, 2021.
- BATISTA, E.C; LOOSE, J.T.T. Os desafios no enfrentamento à Covid-19. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC**, v. 5, n. 1, p. 1-2, 2020.
- BERNIERI, J. A utilização de ervas e plantas medicinais como forma de cuidado à saúde mental em tempos da COVID-19,2020.
- BORTULUZZI, M. M. SCHMITT, V.; MAZUR, C. E. Efeito fitoterápico de plantas medicinais sobre a ansiedade: uma breve revisão. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 2, 47, 2020.
- BRAGA, J. C. B.; SILVA, L. R. Consumo de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil: perfil de consumidores e sua relação com a pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 1, p.3831-3839, 2021.
- BRASIL. **Ministério da Saúde. Práticas integrativas e complementares**: Plantas medicinais e fitoterapia na atenção básica/ministério da saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2012. 156 p.: il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica; n. 31).
- BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. **Coronavírus – Sintomas**. Brasília, 2021.
- CARVALHO, A. R. V. S. D. FILHO, M.L.C; AZEVEDO, P. C. P. D; FILHO, R.N.S; BARBOSA, F. T; ROCHA, T. J. M; RODRIGUES, C.S.F; RAMOS, F.W.S. Epidemiology, diagnosis, treatment, and future perspectives concerning SARS-COV-2: a review article. **Revista da Associação Médica Brasileira**, n. 66, p. 370-374, 2020.
- COSTA, G. F. C. Plantas associadas a desordens mentais e neurológicas: uma comparação entre etnofarmacologia e testes farmacológicos. **Dissertação**. (Mestrado

em Ensino de Ciências e Saúde) – Universidade Federal do Tocantins, Programa de Pós-Graduação em Ensino de Ciências e Saúde, Palmas, 2018.

DANTAS, M. C.; OLIVEIRA, F. S.; BANDEIRA, S. M.; BATISTA, J. S.; SILVA JR, C. D.; ALVES, P. B.; ANTONIOLLI, A. R.; MARCHIORO, M. Central nervous system effects of the crude extract of erythrina velutina on rodents. **Journal of Ethnopharmacology**, v. 94, n.1, p.129-133, 2004.

FARIAS, H. S. F. O avanço da Covid-19 e o isolamento social como estratégia para redução da vulnerabilidade. **Espaço e Economia**. [Online], 2020, posto online no dia 08 abril 2020.

FAUSTINO, T. T; ALMEIDA, R. B.; ANDREATINI, R. Plantas medicinais no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada: uma revisão dos estudos clínicos controlados. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 32, p. 429-436, 2010.

FERREIRA, A. L. S; BATISTA, C.A.S; PASA, M.C. Uso de plantas medicinais na comunidade quilombola Mata Cavallo em Nossa Senhora do Livramento-MT, Brasil. **Revista Biodiversidade**, v.14, n.1, 2015.

FILHO, L. M. O; QUEIROZ, J.F. SILVA; AGUIAR, M.I; COSTA, E.A.S. Os saberes tradicionais e a utilização de plantas medicinais durante o período da pandemia da Covid-19. Perspectivas em Diálogo, Naviraí, **Revista de Educação e Sociedade**, v. 8, n. 18, p. 276-292, jul/dez. 2021.

FREITAS, C. M. D; BARCELOS, C; VILELLA, D. A. M. Covid-19 no Brasil: cenários epidemiológicos e vigilância em saúde. **Série Informação para ação na Covid-19** | Fiocruz, 2021.

JESUS, J. J. M.; OLIVEIRA, L. S. UTILIZAÇÃO ETNOBOTÂNICA DA ESPÉCIE MEDICINAL MELISSA OFFICINALIS L. PARA O TRATAMENTO DA ANSIEDADE. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 9, p. 1078–1089. 2021.

JUNIOR, S.A; KAIRALA, R.C.O.M; PEREIRA, A.G; COSTA, G.B; CRUZ, R.C.R; JÚNIOR, J.R.S; BRITO, V.J.S.C; SERRA, A.A.B; MAMIGLIA, F.P; FURTADO, R.A. COVID-19 e a infecção por SARRS-Cov-2 em um panorama geral/ COVID-19 e infecção por SARS-Cov- 2 em uma visão geral. **Brazilian Journal of health Review.**, Curitiba, v.3, n.2, p. 3508-3522, 2020.

JUNIOR, F; PINTO, A, C; MACIEL, M, A.M. Plantas medicinais: cura segura? **Química nova**, v. 28, n. 3, p. 519-528, 2005.

JUNIOR, B. S. S; MENDONÇA, A. E. O; ARAÚJO, A. C; SANTOS, R.C; NETO, F. A. D; SILVA, R. A. R. Pandemia do coronavírus: estratégias amenizadoras do estresse ocupacional em trabalhadores da saúde. **Enfermagem em Foco**, 2020.

MACIEL, M.A.M. Plantas medicinais: a necessidade de estudos multidisciplinares. **Química Nova**, v.25, n.3, p.429-38, 2002.

MAIA, B. R; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.



MARINHO, M. G. V.; SILVA, C. C.; ANDRADE, L. H. C. Levantamento etnobotânico de plantas medicinais em área de caatinga no município de São José de Espinharas, Paraíba, Brasil. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 13, n. 2, p. 170-182, 2011.

MATOS, M. C. **A pandemia do coronavírus (COVID-19) e o trabalho de assistentes sociais na saúde**. 2020.

MONTES, R; PINHEIRO, C.U.B. Plantas medicinais em um quilombo maranhense: uma perspectiva etnobotânica **Revista de Biologia e Ciências da Terra**, v. 7, n. 2, 2007.

MONTELES, R; PINHEIRO, C. U. B. Plantas medicinais em um quilombo maranhense: uma perspectiva etnobotânica. **Revista de Biologia e Ciências da Terra**, v. 7, n. 2, 2007.

MINAYO, M. C. S; SOUZA, E. R; PAULA, D. R. Revisão sistemática da produção acadêmica brasileira sobre causas externas e violências contra a pessoa doméstica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 15, n. 6, pág. 2709-2718, 2010.

OLIVEIRA, D. M. S.; LUCENA, E. M. P. O uso de plantas medicinais por moradores de Quixadá- Ceará. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, Campinas, v.17, n.3, p.407-412, 2015.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAUDE. COVID-19 **Vaccines: Safety Surveillance Manual. Module: Introduction [Internet]**. 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. OPAS Brasil - **Folha informativa – COVID-19** (doença causada pelo novo coronavírus) [citado em 19 abr 2020].

ORNELL, F; SCHUCH, J.B; SORDI, A.O; KESSLER, F.H.P. “Pandemic fear” and COVID-19: mental health burden and strategies. **Brazilian Journal Psychiatry**, 2020.

PAULINO, A.C. E. A; PESSOA, C. V. Uso de plantas medicinais no controle da ansiedade frente à pandemia de covid-19. **XX mostra científica do curso de farmácia**, 2020.

PESSOALTO, J. P; PAULA RODRIGUES, S., SOUZA, D. A; BOIATI, R. F. Avaliação do consumo de Valeriana e Passiflora durante a pandemia COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 5589-5609, 2021.

PIMENTEL, A.S.G. *Rosmarinus officinalis* L. para o tratamento da ansiedade: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v.10, n.11, 2021.

PINTO, V. F.V.J; MACIEL, M.A.M; **Plantas Mediciniais: Cura Segura; Qum.ica Nova**, v. 28, n. 3, p. 519-528, 2005.

PIRES, R. R. C. Os efeitos sobre grupos sociais e territórios vulnerabilizados das medidas de enfrentamento à crise sanitária da covid-19: propostas para o aperfeiçoamento da ação pública: **Nota Técnica. Brasília: IPEA**; 2020.

RIBOT REYES, V. D. L. C; CHANG, P. N.; GONZALEZ, C. A. L. Efeitos do COVID-19 na saúde mental da população. **Revista Havana de Ciências Médicas**, v. 19, 2020.

- ROCHA, F. A. G.; ARAÚJO, M. F. F.; COSTA, N. D.L.; SILVA, R.P. O uso terapêutico da flora na história mundial. **Holos**, v. 1, p. 49-61, 2015.
- ROLIM, J. A; OLIVEIRA, A. R; BATISTA, E. C. Manejo da ansiedade no enfrentamento da Covid-19. **Revista Enfermagem e Saúde Coletiva-REVESC**, v. 5, n. 1, p. 64-74, 2020.
- SALES, G. P. S; ALBUQUERQUE, H. N.; CAVALCANTI, M. L. F. Estudo do uso de plantas medicinais pela comunidade quilombola Senhor do Bonfim- Areia-PB. **Revista de Biologia e Ciências da Terra**, 2009.
- SANTOS, R. S.; SILVA, S. S.; VASCONCELOS, T. C. L. Aplicação de plantas medicinais no tratamento da ansiedade: uma revisão da literatura. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 5, p. 52060-52074, 2021.
- SANTOS, K. M. R. Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19. **Escola Anna Nery**, v. 25, 2021.
- SANTOS, A. F. D; VIEIRA, T. R. *Passiflora incarnata* no controle da ansiedade, 2021.
- SANTOS, D. I.; JÚNIOR, D. L. S; MONTEIRO, M. F. G; AQUINO, P. E. A; SARAIVA, C. R. N; LEANDRO, M. K. N; SILVA, R.O.M; LEANDRO, L. M.G. Perfil fitoquímico e atividade antibacteriana do extrato etanólico e do óleo essencial das folhas de *Cymbopogon citratus*. **Revista Uningá**, [SI], v. 58, p. 3406, ago. 2021. ISSN 2318-0579.
- SILVA, L. S. A. Potencial terapêutico de *Erythrina velutina (mulungu)* na ansiedade e insônia: uma revisão da literatura.
- SILVA, E. L. P.; SOARES, J. C. F.; MACHADO, M. J.; REIS, I. M. A.; COVA, S. C. Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústrias farmacêuticas brasileiras. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 1, p. 3119-3135, 2020.
- SOBRAL, J. M; LIMA, M. L. A epidemia da pneumónica em Portugal no seu tempo histórico. **Ler História**, (73), 45-66, 2018.
- SOUZA, A. S. R; AMORIM, M. M. R.; MELO, A. S. O.; DELGADO, A. M.; FLORÊNCIO, A. C. M. C. C.; OLIVEIRA, T.V.; LIRA, L. C. S.; SALES, L. M. S.; SOUZA, G. A.; MELO, B. C. P.; MORAIS, I.; KATZ, L. Aspectos gerais da pandemia de COVID-19. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, v. 21, (Supl. 1), p. 47-64, 2021.
- TIRACHINI, A.; GATOS, O. COVID-19 e transporte público: avaliação atual, perspectivas e necessidades de pesquisa. **Revista do Transporte Público**, v. 22, n. 1, pág. 1, 2020.
- WANDERLEY, L. S. M.; SILVA, L.V. L. A.; CEZAR, L. M.; DIAS, F. O. C.; GALDINO, P. K. S.; ARAÚJO, I. M. Uso de Plantas medicinais por indivíduos da Comunidade do Valentina-PB. **Revista de Ciências da Saúde**, v.13, n.2, 2015.
- WANG, Z. H.; YANG, H. L.; YANG, Y. Q.; LIU, D.; LI, Z. H.; ZHANG, X. R.; ZHANG, Y. J.; SHEN, D.; CHEN, P. L.; SONG, W.Q.; WANG, X. M.; WU, X. B.; YANG, X. F.; MAO, C. Prevalence of anxiety and depression symptom, and the

demands for psychological knowledge and interventions in college students during COVID-19 epidemic: A large cross-sectional study. **Journal of Affective Disorders**, v. 276, p. 1173, 2020.

XIAO, H.; ZHANG, Y.; KONG, D.; L. I. S.; YANG, N. Social capital and sleep quality in individuals who Self-Isolated for 14 days during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Outbreak in January 2020 in China. **Medicine Science Monitor** [Internet]. 2020 [citado em 19 abr 2020]; 26: e923921, 2020.

ZENI, F.; LIZ, M. P.; DUARTE, D.; ZENI, A. L. B. Plantas medicinais e fitoterápicos na promoção à saúde no transtorno de ansiedade: Uma revisão da literatura de apoio aos profissionais. **Ciências Farmacêuticas**, v. 33, 2021.