

**BARBOSA; Hanniman Denizard Cosme <sup>1</sup>**

## RESUMO

Nos últimos anos, tem havido um crescente interesse na utilização de fitoterápicos no campo da psiquiatria como uma abordagem alternativa ou complementar ao tratamento convencional de distúrbios mentais. Os fitoterápicos são preparações à base de plantas que possuem propriedades terapêuticas e podem ser utilizados para tratar uma variedade de condições psiquiátricas, incluindo ansiedade, depressão, insônia e estresse. Este resumo analisa o uso de fitoterápicos na psiquiatria, abordando suas propriedades farmacológicas, eficácia clínica e possíveis mecanismos de ação. Além disso, também são discutidos os desafios e considerações importantes relacionadas à utilização desses produtos naturais no contexto da saúde mental. Fitoterápicos são amplamente utilizados em todo o mundo e têm sido objeto de estudos científicos para avaliar sua eficácia e segurança. Alguns exemplos de fitoterápicos comuns utilizados em psiquiatria incluem a erva de São João (*Hypericum perforatum*), a passiflora (*Passiflora incarnata*), a valeriana (*Valeriana officinalis*) e a camomila (*Matricaria chamomilla*). Essas plantas possuem compostos bioativos que podem interagir com o sistema nervoso central, proporcionando efeitos terapêuticos para os distúrbios mentais. Vários estudos clínicos têm sido conduzidos para investigar a eficácia dos fitoterápicos na psiquiatria. Por exemplo, a erva de São João tem sido amplamente estudada para o tratamento da depressão leve a moderada e tem mostrado resultados promissores em comparação com o placebo e, em alguns casos, até mesmo em comparação com os antidepressivos convencionais. Da mesma forma, a passiflora e a valeriana têm sido estudadas no tratamento da ansiedade e insônia, mostrando-se eficazes na redução dos sintomas. Os mecanismos de ação dos fitoterápicos na psiquiatria são complexos e ainda não estão completamente compreendidos. No entanto, estudos sugerem que essas plantas podem atuar em diferentes sistemas de neurotransmissores, como serotonina, dopamina e GABA, que desempenham um papel crucial na regulação do humor e do comportamento. Além disso, alguns fitoterápicos possuem propriedades antioxidantes e anti-inflamatórias, que podem ser benéficas na proteção do cérebro contra o estresse oxidativo e a neuroinflamação, fatores associados a distúrbios mentais. Apesar dos benefícios potenciais dos fitoterápicos na psiquiatria, é importante ressaltar que seu uso não está isento de riscos. A falta de padronização e regulação adequada dos produtos fitoterápicos pode levar a variações na qualidade, dosagem e pureza, o que pode afetar sua eficácia e segurança. Além disso, alguns fitoterápicos podem interagir com medicamentos psiquiátricos convencionais, resultando em efeitos colaterais indesejados ou diminuição da eficácia do tratamento. Portanto, é fundamental que os fitoterápicos sejam utilizados sob a supervisão de profissionais de saúde qualificados, como médicos e fitoterapeutas, que possam avaliar a adequação do tratamento fitoterápico para cada paciente, levando em consideração sua condição médica, histórico de

<sup>1</sup> UFPB

saúde e uso de outros medicamentos. Em resumo, os fitoterápicos oferecem uma abordagem promissora no tratamento de distúrbios mentais, complementando as opções convencionais de tratamento. No entanto, mais pesquisas são necessárias para melhor compreender seus mecanismos de ação, estabelecer diretrizes de dosagem adequadas e garantir a qualidade e segurança dos produtos disponíveis no mercado. Com uma abordagem adequada e cuidadosa, os fitoterápicos podem desempenhar um papel importante na melhoria da saúde mental e no bem-estar dos indivíduos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fitoterápicos, Psiquiatria, Plantas Medicinais, Tratamento