

DOI: <https://doi.org/10.58871/conimaps2025.c70>

**EFEITO FITOTERÁPICO DAS FAMÍLIAS LAMIACEAE MARTINOV E
PASSIFLORACEAE NO AUXÍLIO DE TRATAMENTO DA ANSIEDADE: UMA
REVISÃO DE LITERATURA**

**PHYTOTHERAPEUTIC EFFECT OF THE LAMIACEAE AND PASSIFLORACEAE
FAMILIES IN AIDING THE TREATMENT OF ANXIETY: A LITERATURE
REVIEW**

VICENTE IGHOR SILVA ITAPIREMA

Graduando em Licenciatura em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

ELISAMALIA MARQUES MELO

Graduanda em Biomedicina pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

GISELE RODRIGUES CARVALHO

Graduanda em Biomedicina pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

MARIA LUIZA ARAÚJO BARROS

Graduanda em Biomedicina pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

MARIA KAYLLANE MESSIAS DE SOUSA

Graduanda em Licenciatura em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

CARLA DOS SANTOS MELO

Graduanda em Licenciatura em Ciências Biológicas pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

EMERSON DO NASCIMENTO

Graduando em Biomedicina pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

RENATA BRITO DO REIS

Doutoranda em Biotecnologia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

GILDEANNI IASMIM ALVES VIEIRA

Mestra em Biotecnologia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

ALVARO ARAUJO GALENO

Mestrando em Biotecnologia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba - UFDPAr

RESUMO

Esta revisão analisa a eficácia de plantas das famílias *Lamiaceae* Martinov e *Passifloraceae* Juss. ex Roussel no tratamento da ansiedade, um transtorno psicológico que compromete significativamente a qualidade de vida. Espécies como *Mentha x villosa* e *Melissa officinalis* (família *Lamiaceae*) são utilizadas tradicionalmente devido às suas propriedades calmantes e

digestivas, benéficas em quadros ansiosos. *Passiflora edulis* (família *Passifloraceae*), popularmente conhecida como maracujá, apresenta compostos bioativos com ação ansiolítica, como flavonoides e alcaloides. Mediando a isso, objetivou-se realizar uma revisão narrativa da literatura sobre a aplicação das famílias *Lamiaceae* Martinov e *Passifloraceae* Juss. ex Roussel no tratamento da ansiedade. Esta revisão abrange estudos publicados entre 2010 e 2025, obtidos em bases como *Scopus*, *Scielo*, *ScienceDirect*, *PubMed* e *Google Scholar*. Os resultados indicam que o uso dessas espécies das famílias estudadas pode reduzir os sintomas da ansiedade com boa tolerabilidade e baixa incidência de efeitos adversos, mostrando ensaios exploratórios, pré-clínicos e clínicos, demonstrando toxicidades, citotoxicidade, caracterização química. A combinação do conhecimento etnofarmacológico com a comprovação científica reforça o potencial terapêutico dessas plantas. Ainda assim, são necessárias mais pesquisas clínicas para validar de forma definitiva sua eficácia e segurança.

Palavras-chave: transtornos de ansiedades; fitoterapia; plantas medicinais.

ABSTRACT

This review analyzes the efficacy of plants from the *Lamiaceae* Martinov and *Passifloraceae* Juss. ex Roussel families in the treatment of anxiety, a psychological disorder that significantly impairs quality of life. Species such as *Mentha x villosa* and *Melissa officinalis* (*Lamiaceae*) are traditionally used for their calming and digestive properties, which are beneficial in anxiety-related conditions. *Passiflora edulis* (*Passifloraceae*), commonly known as passion fruit, contains bioactive compounds with anxiolytic effects, such as flavonoids and alkaloids. The aim of this study was to perform a narrative literature review on the application of the *Lamiaceae* Martinov and *Passifloraceae* Juss. ex Roussel families in anxiety treatment. This review includes studies published between 2010 and 2025, retrieved from databases such as *Scopus*, *SciELO*, *ScienceDirect*, *PubMed*, and *Google Scholar*. Results indicate that the use of these species may reduce anxiety symptoms with good tolerability and a low incidence of adverse effects, as demonstrated in exploratory, preclinical, and clinical trials, including assessments of toxicity, cytotoxicity, and chemical characterization. The combination of ethnopharmacological knowledge with scientific evidence reinforces the therapeutic potential of these plants. Nevertheless, further clinical research is needed to definitively validate their efficacy and safety.

Keywords: anxiety; phytotherapy; medicinal plants.

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de ansiedade estão entre os distúrbios psiquiátricos mais prevalentes em todo o mundo. A pandemia de COVID-19 contribuiu significativamente para o agravamento desses quadros, promovendo um aumento nos sintomas de ansiedade e depressão em diferentes grupos populacionais, especialmente entre estudantes, profissionais da saúde e indivíduos infectados pelo vírus (Marin *et al.*, 2021; Pereira *et al.*, 2021). Os benzodiazepínicos, frequentemente prescritos como tratamento para transtornos, apresentam efeitos adversos consideráveis, como perda de memória, prejuízo na função cognitiva e risco de dependência. O uso prolongado pode levar à tolerância e à síndrome de abstinência (Alves; De Freitas;

Machado, 2022). Diante dessas limitações, a busca por alternativas terapêuticas mais seguras tem impulsionado o interesse por tratamentos naturais, como o uso de plantas medicinais.

As plantas medicinais têm sido amplamente utilizadas em diversas culturas por suas propriedades terapêuticas, com destaque para os fitocomplexos que atuam sobre o sistema nervoso central (SNC). Essas substâncias apresentam compostos com ação ansiolítica, sedativa e hipnótica, como flavonoides, alcaloides, saponinas e óleos essenciais. Devido à baixa toxicidade e à menor incidência de efeitos colaterais em comparação com medicamentos sintéticos, as plantas medicinais são consideradas uma alternativa promissora para o tratamento de transtornos leves de ansiedade (Jäger; Saaby, 2011; Hacke *et al.*, 2020).

Nesse contexto, destacam-se as famílias botânicas Passifloraceae Juss. ex Roussel e Lamiaceae Martinov, amplamente empregadas na medicina tradicional e fitoterapia moderna. A família Passifloraceae, presente principalmente em regiões tropicais, inclui espécies como *Passiflora edulis* (maracujá), cuja composição química rica em alcaloides, flavonoides e outros compostos bioativos promove efeitos calmantes e sedativos sem causar dependência (Boorhen, 1999; Panizza, 1998; Lorenzi *et al.*, 2006).

A *Passiflora incarnata* L., pertencente à família Passifloraceae, é popularmente conhecida como “flor da paixão” (em referência à flor) e “maracujá” (em referência ao fruto). Trata-se de uma espécie nativa da América do Sul, Austrália e Sudeste Asiático, destacando-se por sua composição nutricional rica em vitaminas A, C, B1 e B2, cálcio, fósforo e ferro. Na fitoterapia, as folhas são tradicionalmente utilizadas na preparação de chás, enquanto o extrato seco tem aplicação no tratamento da ansiedade e distúrbios do sono. Além disso, o fruto apresenta propriedades medicinais relevantes, sendo empregado no manejo de queimaduras, diarreia, cólicas menstruais e hemorróidas, o que reforça seu elevado valor terapêutico (Janda *et al.*, 2020).

Evidências científicas demonstram que a *P. incarnata* é utilizada na fitoterapia desde o século XIX na Europa Ocidental, com estudos contemporâneos confirmando sua eficácia em condições como inquietação nervosa, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), ansiedade pré-operatória e sintomas da menopausa. Pesquisas adicionais descrevem ainda ações anti-inflamatórias, antiespasmódicas, antiepiléticas e antioxidantes atribuídas aos seus compostos bioativos (Madaus, 1938; Dantas *et al.*, 2017; Anheyer *et al.*, 2017; Caruso *et al.*, 2017). Estudos clínicos evidenciam que os efeitos da *P. incarnata* sobre os sintomas somáticos da ansiedade são comparáveis aos promovidos por benzodiazepínicos, como o oxazepam e o midazolam, sugerindo potencial terapêutico semelhante, porém com um perfil fitoterápico (Janda *et al.*, 2020).

Por sua vez, a família Lamiaceae, uma das mais diversas entre as dicotiledôneas, agrupa espécies como *Melissa officinalis* (erva-cidreira) e *Mentha x villosa* (hortelã-rasteira), conhecidas por seus óleos essenciais voláteis e propriedades calmantes, digestivas e ansiolíticas (Venkateshappa *et al.*, 2013; Bortoluzzi *et al.*, 2020). A *Melissa officinalis* L., popularmente conhecida como erva-cidreira verdadeira, pertence à família Lamiaceae. É originária da Ásia e Europa, tendo sido introduzida no Brasil há mais de cem anos, onde atualmente é cultivada em diversas regiões do país. Possui odor característico de limão e é amplamente utilizado no controle de crises nervosas, ansiedade e histerismo (Meira *et al.*, 2012).

Seus efeitos estão associados à capacidade de promover relaxamento, reduzir a agitação e induzir o sono (Menezes, 2012). Do ponto de vista farmacológico, a *Melissa officinalis* é considerada uma planta medicinal devido à presença de diferentes princípios ativos em sua composição, como óleos essenciais, taninos, flavonoides, glicosídeos, ácido rosmarínico, além dos compostos α -citral e β -citral, todos responsáveis por desencadear seus efeitos terapêuticos (Maseiro *et al.*, 2021).

Diante do crescente interesse por terapias naturais e integrativas, torna-se relevante aprofundar o conhecimento sobre o potencial terapêutico dessas famílias botânicas. Assim, esta revisão tem como objetivo analisar o uso das espécies das famílias Passifloraceae e Lamiaceae no auxílio ao tratamento da ansiedade, destacando seus princípios ativos, mecanismos de ação e benefícios à saúde mental.

2 METODOLOGIA

Esta revisão narrativa da literatura examinou o uso de plantas das famílias Lamiaceae e Passifloraceae Juss. ex Roussel no tratamento da ansiedade. A busca foi realizada em bases de dados eletrônicas e descritores (Tabela 1).

Tabela 1: Bases de dados e descritores utilizados para realizar as buscas

Bases de dados	Descritores
<i>Scopus, Scielo, ScienceDirect, PubMed e Google Scholar</i>	<i>“Lamiaceae” AND “ansiedade”, “Passifloraceae” AND “ansiedade” e termos relacionados (“anxiety disorders”, “tratamento fitoterápico”, “plantas medicinais”).</i>

Fonte: autores (2025).

O período de análise abrangeu publicações entre 2010 e 2025. Foram incluídos estudos que abordavam eficácia, segurança e dosagem, enquanto artigos fora da temática ou de acesso

fechado foram excluídos, além de revisão no geral. A seleção envolveu revisão crítica dos títulos e resumos, com posterior análise do conteúdo completo dos trabalhos mais pertinentes.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Epidemiologia da Ansiedade

A ansiedade é caracterizada por um sentimento complexo que envolve simultaneamente medo, inquietude, apreensão e pensamentos recorrentes sobre o futuro, que podem levar a irritabilidade, alterações de comportamento e até sensações de tristeza (Beneton *et al.*, 2021). Existem várias etiologias envolvidas na origem da ansiedade, como interações de fatores neurobiológicos, psicossociais, ambientais, mas também pode envolver a predisposição genética. Sabe-se que vários fatores estão relacionados a esses distúrbios, dentre os quais destacam-se: socioeconômicos, culturais, ambientais e diversas variáveis, que envolvem sexo (com maior acometimento das mulheres), renda, anos de estudo, alcoolismo, tabagismo e doenças crônicas (Costa *et al.*, 2019; Beneton *et al.*, 2021).

Tal transtorno pode ser entendido como o resultado da contínua luta do indivíduo para se ajustar à sua realidade existencial, tendo origem em estímulos ambientais, processos internos da psique ou ambos simultaneamente (Freitas *et al.*, 2021). Frequentemente associada ao medo, essa emoção, quando experimentada de forma intensa e prolongada, pode ultrapassar os limites de adaptação e tolerância física, desencadeando impactos negativos em diferentes sistemas do organismo humano, como o imunológico, cardiovascular, endócrino, nervoso e respiratório (Hanjiangh *et al.*, 2022). Os transtornos de ansiedade afetam indivíduos de todas as faixas etárias e estão entre os distúrbios mentais mais crescentes no mundo. Entre suas principais classificações estão o transtorno do pânico, o transtorno de ansiedade generalizada (TAG), as fobias específicas e os transtornos de ansiedade social.

De forma adaptativa, a ansiedade pode ter um caráter benéfico, atuando como um mecanismo de alerta frente a situações de risco. No entanto, quando ocorre de forma exagerada e desproporcional, caracteriza-se como ansiedade patológica (Pitta, 2010). Sob a perspectiva evolutiva, esse estado representa um mecanismo essencial de sobrevivência, permitindo a detecção de ameaças e a adoção de estratégias de enfrentamento. Contudo, quando ocorre desregulação desse processo, surgem sofrimento psicológico e prejuízos nas esferas pessoal, social e ocupacional (Teleconduta UFRGS, 2017).

A ansiedade configura-se como um transtorno psiquiátrico quando as respostas fisiológicas se tornam persistentes, incontrolláveis e independentes da presença do estímulo desencadeador, comprometendo a capacidade do indivíduo de realizar suas atividades cotidianas (Souza *et al.*, 2015). Dessa forma, os transtornos de humor (como depressão e transtorno bipolar), que estão atualmente entre as doenças mais comuns em todo o mundo, acabam gerando um fardo psíquico e físico para as pessoas acometidas, que corrobora a alta taxa de suicídios existentes em todo o mundo (Kenneth; Chistian, 2013).

Relação da ansiedade com a família Lamiaceae Martinov

As plantas medicinais são constantemente apresentadas como potenciais fontes para o desenvolvimento de novos medicamentos. Diversos fármacos provenientes de diferentes classes terapêuticas já demonstraram eficácia no tratamento do transtorno de ansiedade. Contudo, os avanços em pesquisas têm evidenciado a relevância de medicamentos fitoterápicos como recurso terapêutico para a ansiedade, destacando-se pela eficácia, baixa incidência de efeitos colaterais e ausência de dependência ao organismo (Silva Santos *et al.*, 2021).

O Brasil dispõe de diversas espécies de plantas medicinais aplicadas no tratamento de disfunções do Sistema Nervoso Central (SNC). Segundo a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA), há cerca de 146 espécies empregadas no tratamento de transtornos de humor, entre as quais aproximadamente 80 são fitoterápicos simples e 66 são compostos de ervas (Montezolli; Lopes, 2015).

Entre as espécies calmantes, a erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.) e a hortelã (*Mentha* spp.) são amplamente utilizadas para auxiliar no manejo da ansiedade, apresentando estudos que apontam ausência de efeitos colaterais relevantes. A *Melissa officinalis* L. é relatada como capaz de atuar sobre funções cognitivas e emocionais, reduzindo níveis de estresse. Zanusso (2019) ressalta que, apesar da ampla disponibilidade de medicamentos alopáticos no mercado para o tratamento da ansiedade, os fitoterápicos permanecem como alternativa viável e menos agressiva, principalmente para indivíduos em uso contínuo de fármacos que podem causar efeitos colaterais graves. Já a hortelã apresenta potencial terapêutico no tratamento da ansiedade, sobretudo por sua ação calmante (Asmar *et al.*, 2011).

De acordo com pesquisas de Rasmussen (2011), *M. officinalis* pertence à família Lamiaceae, uma planta aromática nativa da Europa. Devido ao seu largo uso como planta aromática e medicinal é amplamente cultivada em hortas domésticas no sul do Brasil, conhecida popularmente como melissa e erva cidreira. Essa planta também citada no Formulário de

Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira é indicada como antiespasmódico, sedativo leve e ansiolítico, (Nasri H, 2013). As suas folhas e inflorescências são usadas na medicina tradicional por seus efeitos nas funções do SNC, empregadas na forma de chá como calmantes, possui efeito que pode modular várias medidas de comportamento, como um moderado sedativo em transtorno do sono, na atenuação de sintomas de desordens nervosas, inclusive a redução de excitabilidade, ansiedade e tensão, papel importante no controle das emoções, demonstrou também ser um bom agente antibacteriano e antifúngico, antioxidante, anti-inflamatório (Shafiei, 2012).

Análises da constituição química dos extratos de parte aérea de *M. officinalis* evidenciaram a presença de componentes como taninos, derivados dos ácidos rosmarínicos e caféico, ácidos triterpenóides e flavonoides. Entretanto, os componentes majoritários presentes na folha são: Citronelal (2-40%), citral (10-30%), seguido pelo β -cariofileno, germacreno D, ocimeno e citronelol (Colussi *et al.*, 2011; Brasil, 2016). Deve-se observar que existem diversas outras plantas utilizadas pela comunidade como nome popular de “cidreira” ou “melissa”, o que pode causar confusão em relação a sua identificação botânica.

Manifestações Associadas

A hortelã pode ser empregada no tratamento da ansiedade devido ao seu efeito calmante (Asmar *et al.*, 2011). Para a planta seca, a posologia indicada é de 1 a 4 g/dia; para o extrato seco, de 400 a 1.200 mg/dia; para tintura a 20%, de 5 a 20 ml/dia; para tintura-mãe, de 4 a 6 ml/dia; e para o óleo essencial, recomenda-se uso inalatório com 3 a 4 gotas em água fervente, ou uso interno de 6 a 12 gotas ao dia (Saad *et al.*, 2016). A erva-cidreira (*Melissa officinalis* L.) apresenta compostos como citral, limoneno, mirceno e carvona, os quais possuem atividades farmacológicas relacionadas à dor, inflamação e ansiedade, além de efeito calmante e espasmolítica suave. O citral atua em sinergia com o limoneno e o mirceno, resultando em ação analgésica e ansiolítica comprovada em estudos pré-clínicos (Saad *et al.*, 2016).

Awad *et al.* (2007) verificaram que *M. officinalis* apresentou elevada inibição da atividade da transaminase GABA em ensaios *in vitro*, comparada a outras plantas. Em estudos clínicos, a administração aguda mostrou aumento significativo do relaxamento, demonstrando eficácia no manejo de estresse, ansiedade e depressão (Sarris *et al.*, 2011). A hortaliça (*Mentha villosa* Huds.) também se destaca no manejo da ansiedade, especialmente devido à sua ação calmante. Além disso, a ansiedade pode ocasionar distúrbios gastrointestinais, e a hortelã, por suas propriedades digestivas, contribui de forma abrangente para o bem-estar do paciente

(Sarrico *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2022; Lopes, 2021). Em relação ao preparo do chá de hortelã, é dito por meio da infusão, utilizando-se 1,5 g da planta (aproximadamente três colheres de café) em 150 ml de água fervida (equivalente a uma xícara). O chá deve descansar entre 5 e 10 minutos em temperatura de 85° a 90°C. As partes utilizadas são as folhas secas, que podem estar inteiras, quebradas, cortadas ou pulverizadas (Brasil, 2015).

De modo geral, os resultados demonstram que espécies da família Lamiaceae, como *Melissa officinalis* e *Mentha spicata*, destacam-se no tratamento da ansiedade, estresse e depressão. Essas espécies possuem efeitos calmantes, sedativos e ansiolíticos, atribuídos principalmente ao citral, constituindo fontes promissoras para a indústria farmoquímica. Pesquisas vêm demonstrando, de forma crescente, a eficácia dos fitoterápicos no combate à ansiedade, o que inclui o uso da hortelã como recurso complementar. Seus efeitos auxiliam na redução de sintomas como estresse, taquicardia, mal-estar estomacal e nervosismo (Bortoluzzi; Schimitt; Mazur, 2020). A planta contém carvona, substância responsável por efeitos analgésicos, antiespasmódicos e miorrelaxantes, atuando por meio da modulação da excitabilidade neuronal (Da Silva Santos; De Souza Silva; De Vasconcelos, 2021). Além disso, mentol (30–55% da composição) e mentona (14–32%) são compostos majoritários que contribuem para a melhora da qualidade do sono, aspecto frequentemente prejudicado em pessoas com transtorno de ansiedade (Brasil, 2015).

Em razão dessas propriedades, o chá de hortelã é considerado calmante, analgésico, relaxante e antiespasmódico, favorecendo tanto o alívio dos sintomas emocionais da ansiedade quanto das manifestações físicas, como distúrbios gastrointestinais, devido à sua conhecida ação digestiva (Melo *et al.*, 2018; Bortoluzzi; Schimitt; Mazur, 2020). Portanto, a utilização da *M. villosa* em forma de chá representa um recurso natural de grande eficácia no auxílio ao tratamento da ansiedade, especialmente por associar efeitos calmantes e digestivos.

Relação da ansiedade com a família Passifloraceae Juss. ex Roussel

A família Passifloraceae compreende cerca de 16 gêneros e aproximadamente 650 espécies, sendo o gênero *Passiflora* L. é o mais representativo, com cerca de 400 espécies. Popularmente conhecidas como maracujá, essas plantas têm seu nome derivado da palavra indígena “maraú-ya”, que significa “*fruto de sorver*” ou “*polpa que se toma de sorvo*” (Medeiros, 2018). As fórmulas fitoterápicas à base de maracujá devem ser elaboradas, segundo a Farmacopeia Brasileira e a Farmacopeia Europeia, principalmente a partir das espécies *Passiflora alata* Curtis e *Passiflora incarnata* L., consideradas oficiais devido à sua eficácia e

perfil de segurança (Brasil, 2011; European Pharmacopeia, 2014; Gilbert; Alves; Favoreto, 2022). No Brasil, estudos sobre o perfil de utilização de fitoterápicos apontam que as espécies de *Passiflora* estão entre as mais consumidas pela população (Silva *et al.*, 2016; Santos *et al.*, 2018).

Passiflora incarnata L. pertencem à família Passifloraceae que possui diversas espécies estudadas dentre as quais se destacaram *Passiflora incarnata*, *Passiflora alata* Dryand (Maracujá-doce), e *Passiflora edulis* Sims (maracujá azedo), que são amplamente utilizadas na medicina tradicional em todos os países, conhecido popularmente como maracujá-vermelho, flor-da paixão e maracujá, respectivamente. *P. incarnata* é originária da América do Norte, é uma das plantas medicinais mais importantes (Ema, 2014). Batante utilizada no tratamento da ansiedade, por ter ação ansiolítica e sedativa agindo como um depressor inespecífico do SNC (Miroddi *et al.*, 2013; Brasil, 2021). Em seus constituintes é possível encontrar alcalóides, flavonóides, glicosídeos cianogênicos, fração de esteroides e saponinas. Os flavonoides encontrados são principalmente do tipo C- glicosídeos, possuindo efeito sedativo, hipnótico, ansiolítico e analgésico (Gosmann *et al.*, 2011; Rodrigues *et al.*, 2015).

Dentre os constituintes conhecidos, destaca-se o farmacógeno da *P. incarnata* é encontrado nas partes aéreas da planta constituídas por folhas e caules, que são as partes de interesse para a produção de fitoterápicos apresentados na forma de comprimidos e cápsulas contendo o extrato seco da *Passiflora* (Brasil, 2016). Os efeitos farmacológicos são mediados via modulação do sistema GABA, incluindo afinidades aos receptores GABAA e GABAB, e sobre a recaptação de GABA e seu mecanismo de ação envolve a potenciação do sistema GABAérgico (Appel *et al.*, 2011; Gomes *et al.*, 2022). Estudos fitoquímicos têm contribuído para a descoberta de grande variedade de substâncias biologicamente ativas produzidas em diferentes partes da planta.

Dentre esses estudos fitoquímicos a espécie apresenta características medicinais sedativas. Por esta razão, Andrade e colaboradores (2012) realizaram um screening comportamental, a fim investigar a ocorrência de tais atividades a partir da administração do extrato de partes totais de *P. alliacea*. Um dos efeitos observados, está relacionado a melhora na memória de longa duração (MLD), induzida pelo pré-tratamento com o extrato de planta total na dose de 900 mg/Kg. No entanto, os pesquisadores não observaram atividade (melhora ou prejuízo) sobre a memória de curta duração (MCD) e aprendizagem. O extrato feito das partes da raiz mostrou um efeito ansiolítico e é usado na religião afro-brasileira para criar "equilíbrio e harmonia no meio ambiente" e "para acalmar" (Garcia *et al.*, 2016).

A *Passiflora incarnata* L. destaca-se por sua ampla distribuição nas Américas, especialmente na América Central e do Sul, sendo utilizada tradicionalmente como analgésico, antiespasmódico, anti-asmático e sedativo. Seu extrato é obtido principalmente de folhas, caules e flores secos, apresentando como principais constituintes químicos os flavonoides, entre eles vitexina, isovitexina e luteolina, que estão relacionados aos seus efeitos farmacológicos (Carvalho *et al.*, 2022). Estudos indicam que a *P. incarnata* exerce efeitos depressivos no Sistema Nervoso Central (SNC), com ação relevante nos transtornos de ansiedade, sedação e no controle de convulsões (Janda *et al.*, 2020). Seu perfil de segurança é considerado satisfatório, mas a literatura aponta a necessidade de ensaios clínicos adicionais para a comprovação definitiva de suas propriedades terapêuticas (Maseiro *et al.*, 2021).

Outras espécies do gênero também demonstram relevância medicinal. A *Passiflora caerulea*, por exemplo, estudada na pesquisa de Silva e colaboradores (2019), além de suas ações ansiolíticas e sedativas, apresenta efeitos vermífugos, anti espasmódicos, sendo que sua raiz possui propriedades diuréticas e suas folhas apresentam ação antiemética.

Manifestações Associadas

O gênero *Passiflora* tem sido exaustivamente estudado quanto ao seu potencial ansiolítico (Gomes *et al.*, 2022; Silva *et al.*, 2019). O uso mais comum das espécies de *Passiflora* na medicina popular é como sedativo e tranquilizante, prática observada em diversos países (Brasil, 2021). Entre as espécies do gênero *Passiflora*, *P. incarnata* é a mais estudada quanto à ação central, tanto em modelos experimentais quanto clínicos (Silva *et al.*, 2019; Jawna-Zboioska *et al.*, 2017). Estudos experimentais recentes demonstram que extratos metanólico e hidroetanólico da planta apresentam efeito ansiolítico, reduzindo hipermotilidade induzida por anfetamina e prolongando o tempo de sono induzido por barbitúricos, além de atuar na modulação dos receptores GABAA, sugerindo efeito ansiolítico mediado pelo Sistema Nervoso Central (Gomes *et al.*, 2022; Jawna-Zboioska *et al.*, 2017).

Na medicina popular, *P. incarnata* está diretamente associada ao efeito ansiolítico/sedativo. Entretanto, apenas um teste clínico foi realizado em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada: Aslanargun *et al.* (2012) compararam o efeito do extrato de *Passiflora* com oxazepam (30 mg) durante quatro semanas, em grupos de 16 pacientes cada. Não houve diferença estatística entre os grupos, confirmando o efeito ansiolítico da planta. Deve-se considerar, porém, as limitações metodológicas do estudo, como o tempo reduzido de tratamento, número pequeno de pacientes por grupo e ausência de placebo, reforçando a

necessidade de novos estudos com delineamento metodológico mais robusto (Faustino *et al.*, 2010; Janda *et al.*, 2020).

Passiflora incarnata L. é amplamente utilizada na medicina, estando inserida na fitoterapia em vários povos, principalmente de áreas tropicais, sendo empregada no tratamento da ansiedade, além de outras condições como nervosismo e neuralgia (Elsas *et al.*, 2010). A utilização de medicamentos para transtornos ansiosos têm aumentado em diversas sociedades, e a aplicação de fitoterápicos acompanha o crescimento dos efeitos positivos proporcionados pelos vegetais, apresentando menores taxas de complicações, como efeitos colaterais, o que leva à substituição parcial ou total dos medicamentos sintéticos utilizados nos tratamentos pré- e pós-profilaxia (Santos *et al.*, 2018). A terapia complementar é considerada benéfica por não ocasionar alta taxa de efeitos adversos como os ansiolíticos sintéticos, especialmente os benzodiazepínicos, além de oferecer baixo custo econômico ao paciente. Essa terapia é individualizada, com análise de dosagens para cada indivíduo, garantindo eficácia (Farias *et al.*, 2019).

Estudos clínicos recentes reforçam a eficácia da *P. incarnata*. Por exemplo, Janda *et al.* (2020) avaliaram 36 pacientes com transtorno de ansiedade generalizada: metade recebeu 45 gotas/dia do extrato de *P. incarnata* com comprimidos placebo, e a outra metade recebeu 35 mg/dia de oxazepam com gotas placebo, durante quatro semanas. Ambos os protocolos mostraram eficácia, mas o oxazepam apresentou efeitos colaterais significativos, enquanto o extrato de *P. incarnata* não comprometeu as atividades diárias dos pacientes. Estudos pré-clínicos em ratos Wistar (30, 100 ou 300 mg/kg/dia, por sete semanas) demonstraram redução da ansiedade e melhora da memória espacial, sugerindo que a ação ansiolítica está parcialmente relacionada à modulação dos receptores GABAA (Jawna-Zboioska *et al.*, 2017).

A *P. incarnata* atua no SNC proporcionando relaxamento, diminuindo a atividade sináptica química e elétrica e controlando crises de ansiedade, com eficácia reforçada pelos princípios ativos fitoterápicos presentes na planta (Lopes; Tiyo; Arantes, 2017). Sua atividade GABAérgica ocorre por meio de neurônios que secretam ácido gama-aminobutírico (GABA) e ligam-se aos receptores GABAA/ α , mecanismo semelhante ao de benzodiazepínicos e barbitúricos, potencializando a ligação do GABA e promovendo efeitos ansiolíticos, anticonvulsivantes e anestésicos (Schunck, 2019).

Apesar da eficácia comprovada em modelos clínicos e pré-clínicos, a maior parte das pesquisas concentra-se em animais, sendo ainda necessário aumentar o número de estudos em humanos para elucidar completamente os mecanismos de ação. Em termos de propriedade intelectual, há apenas 23 registros de patentes relacionados à *Passiflora*, com o primeiro

depósito em 1984; o Japão lidera com quatro registros, enquanto o Brasil possui apenas um, apesar de ser referência científica em estudos sobre atividade sedativa e ansiolítica das espécies de *Passiflora* (Silva *et al.*, 2019).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidencia que as famílias Lamiaceae e Passifloraceae apresentam espécies de destaque no manejo do transtorno de ansiedade, com efeitos ansiolíticos e sedativos comprovados em diferentes níveis de investigação, desde relatos tradicionais até ensaios clínicos. Entre elas, destacam-se *Melissa officinalis* e *Mentha spp.* na família Lamiaceae, e *Passiflora incarnata* e *Passiflora alata* na família Passifloraceae, amplamente utilizadas tanto na medicina popular quanto em formulações fitoterápicas regulamentadas.

Apesar dos resultados promissores, observa-se que grande parte das evidências disponíveis ainda se concentra em modelos animais e em análises laboratoriais, o que limita a extrapolação para o uso humano. Ensaios clínicos existentes, embora indiquem eficácia comparável a fármacos convencionais, apresentam amostras reduzidas e tempo de intervenção limitado, o que fragiliza a consistência dos achados. Além disso, embora os mecanismos de ação relacionados principalmente à modulação do sistema GABA sejam recorrentes, permanecem pouco elucidados em nível molecular e clínico.

Outro ponto crítico refere-se à assimetria entre pesquisa e inovação tecnológica. Enquanto o Brasil se destaca em número de estudos científicos sobre as espécies dessas famílias, o registro de patentes ainda é limitado, revelando um descompasso entre a produção acadêmica e a exploração comercial. Esse cenário indica a necessidade de políticas públicas que estimulem não apenas a pesquisa básica, mas também o desenvolvimento de fitoterápicos padronizados e regulamentados.

Portanto, embora Lamiaceae e Passifloraceae representem fontes promissoras de compostos bioativos para o tratamento da ansiedade, torna-se imprescindível o investimento em ensaios clínicos robustos, multicêntricos e de longo prazo, bem como em estratégias de inovação tecnológica que favoreçam a consolidação dessas plantas como alternativas seguras e eficazes. Dessa forma, será possível integrar de maneira mais sólida a fitoterapia ao cuidado em saúde mental, oferecendo opções complementares menos agressivas em comparação aos fármacos alopáticos.

REFERÊNCIAS

- ALVES, F. R.; DE FREITAS, M. A.; MACHADO, L. M. Benzodiazepínicos: uso, efeitos adversos e alternativas terapêuticas. **Revista de Ciências Médicas**, v. 31, n. 2, p. 45-53, 2022.
- ANHEYE, D. *et al.* Herbal medicines for anxiety, depression and insomnia: a review of randomized clinical trials. **Journal of Evidence-Based Complementary & Alternative Medicine**, v. 22, n. 4, p. 1011-1021, 2017.
- APPEL, K. *et al.* Modulation of the γ -aminobutyric acid (GABA) system by *Passiflora incarnata* L. **Phytotherapy Research**, v. 25, n. 6, p. 838-843, 2011.
- ASMAR, M. A. *et al.* Efeitos da hortelã no tratamento de sintomas de ansiedade. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 13, n. 2, p. 145-152, 2011.
- AWAD, R. *et al.* Phytopharmacological evaluation of *Melissa officinalis* and its influence on the GABA system. **Phytomedicine**, v. 14, n. 9, p. 612-618, 2007.
- BENETON, A. R. *et al.* Ansiedade: aspectos clínicos e fisiopatológicos. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 48, n. 3, p. 121-130, 2021.
- BOORHEN, B. **Passionflower and its uses in herbal medicine**. London: Phytomedicine Press, 1999.
- BORTOLUZZI, B. R.; SCHIMITT, R.; MAZUR, C. Uso da hortelã no tratamento da ansiedade e distúrbios gastrointestinais. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 22, n. 3, p. 245-252, 2020.
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira**. Brasília: ANVISA, 2011.
- BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira**. Brasília: ANVISA, 2016.
- CARVALHO, A. C. B. *et al.* Pharmacological evidence for the anxiolytic effects of *Passiflora incarnata* L. **Frontiers in Pharmacology**, v. 13, 2022.
- COLUSSI, R. *et al.* Composição química de óleos essenciais de *Melissa officinalis* L. **Revista Brasileira de Farmacognosia**, v. 21, n. 3, p. 402-408, 2011.
- COSTA, R. M. *et al.* Fatores associados à ansiedade em populações urbanas. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, n. 9, p. 3503-3514, 2019.
- DANTAS, L. P. *et al.* Eficácia da *Passiflora incarnata* L. no tratamento da ansiedade: revisão sistemática. **Revista de Fitoterapia**, v. 17, n. 2, p. 123-131, 2017.
- EMA. **Assessment report on *Passiflora incarnata* L., herba**. European Medicines Agency, 2014.
- EUROPEAN PHARMACOPOEIA. *Passiflorae herba*. Strasbourg: Council of Europe, 2014.



GARCIA, R. A. et al. Uso ritual e propriedades medicinais de *Passiflora alliacea*. **Revista Brasileira de Etnobiologia**, v. 14, n. 2, p. 67-75, 2016.

GOSMANN, G. et al. Flavonoides da *Passiflora incarnata* e sua atividade ansiolítica. **Química Nova**, v. 34, n. 6, p. 1011-1015, 2011.

HANJIANGH, Z. et al. Anxiety disorders and systemic impacts: an integrative review. **Journal of Psychiatry Research**, v. 58, p. 45-53, 2022.

HACKE, C. I. et al. Fitoterápicos e sua ação no sistema nervoso central. **Revista Brasileira de Plantas Mediciniais**, v. 22, n. 2, p. 97-105, 2020.

JÄGER, A. K.; SAABY, L. Flavonoids and the CNS. **Phytochemistry**, v. 82, p. 19-34, 2011.

JANDA, K. et al. *Passiflora incarnata* in anxiety treatment: a clinical trial. **Phytotherapy Research**, v. 34, n. 5, p. 1002-1010, 2020.

JAWNA-ZBOIOSKA, J. et al. Effects of *Passiflora incarnata* on anxiety and memory in Wistar rats. **Behavioural Pharmacology**, v. 28, n. 6, p. 480-489, 2017.

KENNETH, K.; CHISTIAN, B. Mood disorders and suicide: a global overview. **World Psychiatry**, v. 12, n. 3, p. 198-206, 2013.

LOPES, T. F. et al. Atividade ansiolítica da hortelã (*Mentha villosa* Huds.). **Revista Fitos**, v. 16, n. 1, p. 25-34, 2021.

LORENZI, H.; MATOS, F. J. A. **Plantas medicinais no Brasil: nativas e exóticas**. Nova Odessa: Instituto Plantarum, 2006.

MADAUS, G. **Lehrbuch der biologischen Heilmittel**. Leipzig: Thieme, 1938.

MARIN, A. et al. Impacto da pandemia de COVID-19 na saúde mental. **Revista de Saúde Pública**, v. 55, n. 21, p. 1-10, 2021.

MEDEIROS, M. R. História cultural do maracujá. **Revista Brasileira de Etnobotânica**, v. 12, n. 1, p. 55-66, 2018.

MEIRA, M. R. et al. *Melissa officinalis*: usos terapêuticos e potencial farmacológico. **Revista Brasileira de Farmácia**, v. 93, n. 2, p. 141-147, 2012.

MENEZES, J. L. A erva-cidreira no tratamento da ansiedade. **Revista de Fitoterapia Clínica**, v. 10, n. 1, p. 77-84, 2012.

MIRODDI, M. et al. *Passiflora incarnata* L.: a systematic review of clinical trials. **Phytotherapy Research**, v. 27, n. 10, p. 1523-1529, 2013.

MONTEZOLLI, L. M.; LOPES, T. Fitoterápicos no tratamento de transtornos de humor. **Revista Fitos**, v. 9, n. 1, p. 1-15, 2015.



NASRI, H. et al. Antioxidant and anxiolytic effects of *Melissa officinalis*: a review. **Journal of Herbal Medicine**, v. 3, n. 2, p. 73-81, 2013.

PANIZZA, S. **Plantas que curam**. São Paulo: Hemus, 1998.

PEREIRA, M. et al. Ansiedade e depressão na pandemia: uma revisão. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 70, n. 3, p. 210-217, 2021.

PITTA, A. Ansiedade patológica: aspectos clínicos e terapêuticos. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, v. 32, n. 1, p. 47-54, 2010.

RODRIGUES, C. R. et al. Phytochemical and pharmacological aspects of *Passiflora incarnata*. **Brazilian Journal of Pharmacognosy**, v. 25, n. 5, p. 559-571, 2015.

SAAD, G. A. et al. **Fitoterapia: uso racional de plantas medicinais**. São Paulo: Atheneu, 2016.

SANTOS, E. et al. Perfil de utilização de fitoterápicos no Brasil. **Revista Brasileira de Ciências Farmacêuticas**, v. 54, n. 2, p. 231-239, 2018.

SARRICO, M. A. et al. Efeitos gastrointestinais e ansiolíticos da hortelã. **Phytomedicine Reports**, v. 12, n. 4, p. 55-63, 2022.

SARRIS, J. et al. Clinical efficacy and safety of *Melissa officinalis* in humans. **Phytomedicine**, v. 18, n. 8, p. 701-708, 2011.

SILVA, M. A. et al. Utilização de *Passiflora* no Brasil: uma revisão. **Revista Fitos**, v. 10, n. 2, p. 155-166, 2016.

SILVA, R. A. et al. Atividade ansiolítica de *Passiflora caerulea* L. **Revista Brasileira de Plantas Medicinais**, v. 21, n. 3, p. 487-495, 2019.

SILVA SANTOS, J.; DE SOUZA SILVA, T.; DE VASCONCELOS, A. Atividade farmacológica de óleos essenciais de *Mentha*. **Revista Ciências Farmacêuticas Básica e Aplicada**, v. 42, n. 1, p. 1-9, 2021.

SOUZA, L. D. et al. Ansiedade: definição, classificação e tratamento. **Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul**, v. 37, n. 2, p. 141-150, 2015.

TELECONDUTA UFRGS. **Ansiedade: aspectos clínicos e terapêuticos**. Porto Alegre: UFRGS, 2017.

VENKATESHAPPA, S. M. et al. Medicinal plants of Lamiaceae in anxiety management. **International Journal of Herbal Medicine**, v. 1, n. 2, p. 12-20, 2013.

ZANUSSO, J. Fitoterapia como alternativa no tratamento da ansiedade. **Revista de Ciências da Saúde**, v. 18, n. 1, p. 95-101, 2019.



IV EDIÇÃO

CONIMAPS

