

O USO DE FITOTERÁPICOS PARA O TRATAMENTO DE ANSIEDADE

Iandra Liz Pinheiro Dias

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: iandra.liz@hotmail.com

Rannia Bezerra Cavalcante

Discente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: rannia14bcavalcante@gmail.com

Aleide Barbosa Viana

Docente do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: aleideviana@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

INTRODUÇÃO: A ansiedade pode ser definida como angústia, incerteza aflitiva, aperto no coração, agonia. Ela é entendida como um sentimento vago, apreensivo, caracterizado pelo desconforto da antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho, sendo classificada em ansiedade normal e ansiedade patológica. É comum que sintomas ansiosos estejam presentes em outros tipos de transtornos psiquiátricos, como por exemplo, no início de um surto esquizofrênico. Sendo assim algumas intervenções como as farmacológicas podem ser adotadas para melhorar esse quadro clínico. O uso da fitoterapia atrelado ao tratamento de ansiedade vem sendo bastante discutido, desde que a fitoterapia é o estudo das funções terapêuticas das plantas e vegetais para prevenção e tratamento de doenças, tendo em vista que é um método que possui menos efeitos colaterais ao organismo humano e que consequentemente não causa dependência química. **OBJETIVO:** O estudo tem como objetivo identificar quais benefícios essa terapia tem no auxílio de tratamento de transtornos de ansiedade. **MÉTODO:** Trata-se de um estudo de natureza bibliográfica, realizado por meio de uma revisão integrativa. As buscas se deram por meio das publicações da BVS (Biblioteca Virtual em Saúde), juntamente com LILACS e MEDLINE. Foram encontrados 6 artigos, porém somente 3 atingiram os critérios de inclusão, a saber: artigos publicados nos últimos 5 anos. **RESULTADOS:** Os estudos mostraram que o uso de fitoterápicos vem sendo bastante utilizado no controle de ansiedade. Um dos fitoterápicos usados é o Maracujá (*Passiflora incarnata*), pois tem ação ansiolítica e age como um depressor do sistema nervoso central, caracterizado pela sua ação sedativa e tranquilizante. Observou-se também que associado aos fitoterápicos se faz necessária a associação de outro tipo de tratamento, como por exemplo, atividades físicas, terapias, entre outros e que apesar de ser considerado um método que possui menos efeitos colaterais, o uso deste fármaco deve ser utilizado somente por prescrição médica, já que se ingerido em quantidade inadequada poderá causar alguma intoxicação ao organismo. **CONCLUSÃO:** Ao analisar as literaturas existentes, percebe-se como o uso de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade tem tido efeitos positivos, por possuir efeitos adversos mínimos e relativa segurança de uso quando administrado com acompanhamento profissional e associado a outros tratamentos.

Palavras-chave: Fitoterápicos. Ansiedade. Tratamento.