

ESTUDO DA EFICÁCIA DA *Valeriana officinalis* FORST (Dipsacales: Valerianaceae) e do *Piper methysticum* FRANZ (Piperales: Piperaceae) em SÍNDROMES de ANSIEDADE.

THE STUDY OF THE EFFICACY OF *Valeriana officinalis* FORST (Dipsacales: Valerianaceae) AND *Piper methysticum* FRANZ (Piperales: Piperaceae) IN ANXIETY SYNDROME.

¹COSTA, I. C.; ²MARTINI, F. A. N.

¹Departamento de Ciências Biológicas – Faculdades Integradas de Ourinhos/FIO/FEMM

²Departamento de Ciências Farmacêuticas - Faculdades Integradas de Ourinhos/FIO/FEMM

RESUMO

A ansiedade é um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos normais às experiências humanas. No entanto, quando não existe um fator conhecido gerador dessa ansiedade, esta passa a ser patológica. O objetivo deste trabalho, foi propor às pessoas que se encontram em estados psicológicos afetados pela ansiedade, a procurarem por medicamentos naturais, com custos baixos e menos tóxicos para a saúde. Através de levantamentos bibliográficos, foi possível descobrir alternativas com custos menores e menos agressivos para a saúde em geral, como o uso dos fitoterápicos. Os resultados mostraram que a *Valeriana officinalis* e *Piper methysticum*, não causam dependência química, como os benzodiazepínicos e os antidepressivos, e também, atendem ao objetivo proposto.

Palavras-chave: *Valeriana officinalis*, *Piper methysticum*, ansiedade.

ABSTRACT

The anxiety is an emotional state with psychological and physiological components normal in the human experiences. However, when there isn't a known reason that generates this anxiety, it starts being pathological. The goal of this work is to propose for the people who find themselves in this psychological states affected by the anxiety, to look for natural medicines, with low costs and less toxic to the health. Through bibliographic searches, it was possible to find out some alternatives with low costs and also less aggressive for the health, like the use of the "fitoterápicos". The results show that the *Valeriana officinalis* and *Piper methysticum*, don't cause chemical dependency, as the benzodiazepínicos and the antidepressants, and also, match the proposed goal.

Key words: *Valeriana officinalis*, *Piper methysticum*, anxiety.

INTRODUÇÃO

A ansiedade é um estado emocional com componentes psicológicos e fisiológicos normais às experiências humanas. No entanto, quando não existe um fator conhecido gerador dessa ansiedade, esta passa a ser patológica. Estando entre os transtornos psiquiátricos mais freqüentes na população em geral, os sintomas da ansiedade são comuns, podendo ser encontrados em qualquer pessoa

em algum momento da sua vida. Abrangendo sensações de medo, sentimentos de insegurança, aumento da vigília ou alerta e antecipação apreensiva, a ansiedade pode ser generalizada ou focada em situações específicas (ANDRADE; GORENSTEIN, www.hcnet.usp.br/ipq/revista, 02. Jun. 2008, 12H:30min).

Destacam-se neste trabalho, os medicamentos fitoterápicos utilizados para diminuir a sintomatologia, principalmente no que diz respeito ao aumento da vigília ou alerta, que compreende resposta aumentada aos estímulos e dificuldade de adormecer.

Todos os medicamentos obtidos e elaborados, empregando-se única e exclusivamente matérias-primas vegetais, com finalidade curativa ou profilática, são chamados de fitoterápicos. Esse novo modo de tratamento das doenças teve origem, entre outros, da necessidade de alternativas eficazes, seguras e ao mesmo tempo, de baixo custo, visto que as indústrias químico-farmacêuticas produziam medicamentos com custos cada vez maiores sendo desta forma, de difícil acesso à maioria da população (OLIVEIRA; AKISUE, 2005).

Deste modo, a fitoterapia utiliza medicamentos preparados a partir de plantas medicinais conhecidas da medicina tradicional e popular, avaliados de acordo com sua eficácia, segurança e uso de controle de qualidade. Assim, ela se diferencia da medicina tradicional e popular porque seus medicamentos precisam ser devidamente preparados e prescritos de acordo com a legislação vigente (DI STASI, 2007).

Piper methysticum Forst (Piperaceae), mais popularmente conhecida como Kava Kava, é uma planta utilizada em muitas partes do mundo por suas propriedades relaxantes. A parte da planta utilizada é o rizoma e a raiz, e seus componentes ativos são conhecidos como cavactonas ou cavapironas. Seu mecanismo de ação é ainda desconhecido, mas ela compartilha com os benzodiazepínicos efeitos semelhantes sobre o sistema nervoso central, acredita-se que os receptores GABA estejam envolvidos (KATZUNG, 2006).

Valeriana officinalis Franz (Valerianaceae) conhecida por Valeriana, sendo uma herbácea perene, distribuída por toda Europa e Ásia. Utiliza-se desta planta, o rizoma e a raiz, os quais são responsáveis pela atividade sedativa, calmante, ansiolítica, espasmolítica, relaxante e anti-ulcerogênica. Estudos mostraram que os extratos aquosos de valeriana estimulam a liberação de ácido gama-aminobutírico (D' IPPOLITO *et al.*, 2005).

Assim, com a finalidade de verificar possíveis alternativas para o tratamento da angústia, insônia, agitação, entre outras doenças de ordem psíquicas, foi levantado o uso de *Valeriana officinalis* e da *Piper methysticum*, comparando seus efeitos com outros fitoterápicos e com outros medicamentos benzodiazepínicos.

MATERIAL E MÉTODOS

Considerando-se o aumento do número de sintomas relacionados à síndrome da ansiedade generalizada, como irritabilidade, insônia, angústia, entre outros; e considerando-se também o número excessivo de prescrições de benzodiazepínicos e antidepressivos para os tratamentos desses sintomas, realizou-se um levantamento bibliográfico através de pesquisas em sites da internet, livros e revistas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A cava-cava é mais freqüentemente utilizada como sedativo-hipnótico no tratamento da ansiedade, do estresse e da agitação. A substância foi avaliada na Europa e nos Estados Unidos para o tratamento da ansiedade em vários estudos controlados com placebo. Apesar de seu mecanismo sobre o sistema nervoso central ser ainda desconhecido, foi constatado que as cavalactonas *in vitro* ligam-se facilmente aos receptores GABA_A localizados no hipotálamo e na amígdala, áreas que provavelmente são responsáveis pela emoção e pela memória. No entanto, não competem com o diazepam, por exemplo, pelos locais de ligação dos benzodiazepínicos. Além disso, ela também pode aumentar o número de sítios de ligação GABA (KATZUNG, 2006).

Estudos clínicos mostram que o extrato de cava-cava melhorou os sintomas de ansiedade de origem não-psicótica utilizando-se dos escores da Escala de Ansiedade de Hamilton. Outros estudos também mostraram seus efeitos atenuantes em convulsões raquimedulares, exercendo certo grau de controle das convulsões em pacientes epiléticos, além de apresentar propriedades antipsicóticas (ANFAMAG, 2005).

Katzung (2006), relata um estudo em que o cava-cava foi comparado com o oxazepam, um benzodiazepínico. De acordo com este, a redução dos efeitos

ansiolíticos foi semelhante. No entanto, os efeitos adversos foram menores no grupo tratado com cava-cava. Este fitoterápico mostrou um início de ação lento, pois os pacientes só responderam após 4 a 8 semanas, sugerindo que ele não seja utilizado em sintomas agudos ou ataques de pânico.

A Organização Mundial da Saúde (WHO, 2002) orienta para que esta droga não seja administrada por mais de três meses sem orientação médica, até mesmo dentro da posologia indicada, pois os reflexos motores e habilidades na direção ou operação de equipamentos poderão ser afetadas de maneira diversa. Na Europa, muitos casos de toxicidade hepática foram relatados, como cirrose, hepatite e insuficiência hepática. Deste modo, ela não deve ser administrada com drogas que tenham igual potencial hepatotóxico como anabolizantes esteróides, paracetamol e antifúngicos orais, a fim de se evitar a ocorrência desse tipo de dano. Esta planta potencializa a ação de drogas que atuam no sistema nervoso central como álcool, barbitúricos, benzodiazepínicos e agentes psicoativos, além disso, ela pode também reduzir a eficácia da levodopa, utilizada no mal de Parkinson, pois age como antagonista da dopamina (NICOLETTI *et al.*, 2007).

A Valeriana é utilizada como calmante, sedativa, ansiolítica, espasmolítica, relaxante e anti-ulcerogênica. Seu principal efeito consiste em reduzir o tempo de indução do sono. Os ácidos valerênicos parecem diminuir a degradação do ácido gama aminobutírico (GABA). Deste modo, a concentração deste ácido aumenta na fenda sináptica, causando o efeito sedativo (VIEIRA, 2008).

Um outro possível mecanismo de ação da valeriana é descrito por D'IPPOLITO (2005), em que a valeriana age estimulando a liberação de GABA, aumentando sua concentração extracelular na fenda sináptica e não diminuindo sua degradação.

De acordo com NICOLETTI (2007), um estudo randomizado, multicêntrico, que envolveu 121 pacientes, demonstrou melhorias na taxa de qualidade do sono com o uso de valeriana, administrada uma hora antes de se deitarem, por 28 dias. A porcentagem de satisfação no tratamento foi de 66%, quando comparado com o grupo controle.

D'IPPOLITO (2005), relata outro estudo realizado com oito pacientes voluntários que apresentavam dificuldade para dormir. A raiz da planta foi administrada em doses de 450 a 900mg e provocou diminuição do tempo requerido para a consolidação do sono. Ela não produziu efeito sobre medidas objetivas como

parâmetros eletroencefalográficos do sono. A sonolência e a lembrança do sonho pela manhã não foram afetadas. A valeriana em combinação com hipérico foi mais eficaz que o diazepam no tratamento de sintomas de ansiedade, quando administrada a cem pacientes por duas semanas numa experiência duplo-cego.

Segundo NICOLETTI (2007), a ação sedativa da valeriana pode ser potencializada quando administrada com benzodiazepínicos, narcóticos, barbitúricos, alguns antidepressivos, e álcool, aumentando assim o tempo de sedação. Ele relata também que as soluções extrativas desta droga apresentam álcool, o que poderá causar náuseas ou vômitos quando administrados com metronidazol ou dissulfiram. A valeriana poderá interagir com certos fármacos que utilizam metabolismo hepático.

Alguns efeitos indesejáveis foram observados quando usados por quantidade prolongada de tempo ou em altas doses, tais como: excitabilidade, náuseas, midríase, diarréias, cefaléias, vertigem, entre outros. Porém, estes sintomas desaparecem com a suspensão da droga (ANFARMAG, 2005).

Apesar dos dois fitoterápicos terem demonstrado eficácia no tratamento dos sintomas da ansiedade, mesmo comparando com o uso de benzodiazepínicos, observa-se que a valeriana tem se mostrado mais eficaz na diminuição do tempo de indução do sono, quando comparado com a cava-cava, além disso, os efeitos colaterais relatados também foram menores, principalmente no que diz respeito aos efeitos hepatotóxicos das drogas. No entanto, os estudos envolvendo a cava-cava mostraram sua eficiência na diminuição do estresse e da ansiedade. Deste modo, fica comprovada a importância do médico prescritor, que avalie o grau de ansiedade do paciente para que seja indicado o melhor fitoterápico, com a segurança que ele terá os benefícios esperados, além da probabilidade deste apresentar menores efeitos colaterais em relação aos tratamentos convencionais.

CONCLUSÃO

De acordo com os dados levantados, foi possível constatar a eficácia e a segurança em se utilizar os fitoterápicos *Valeriana officinalis* e *Piper methysticum* para o tratamento dos sintomas da síndrome da ansiedade generalizada, visto que, a porcentagem de satisfação nos estudos apresentados foi maior em relação aos grupos controles.

Além disso, estes fitoterápicos não causam dependência química como os benzodiazepínicos e os antidepressivos utilizados no tratamento convencional desta síndrome, apresentando também, menores efeitos colaterais.

Os dois fitoterápicos pesquisados podem ser cultivados ou facilmente encontrados em drogarias em suas respectivas formas industrializadas, em que se utilizam extratos secos padronizados em relação aos seus marcadores, ou em farmácias de manipulação, na mesma apresentação, mas em doses possivelmente individualizadas pelos médicos prescritores.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, L.H.S.G & GOREINSTEIN, C. **Aspectos gerais das escalas de avaliação de ansiedade.** Revista de psiquiatria. Disponível em: <www.hcnet.usp.br/ipq/revista>. Acesso em: 02. Jun. 2008, 12H:30min.
- CORDEIRO, C.H.G.; CHUNG, M.C. & SACRAMENTO, L.V.S. **Interações medicamentosas de fitoterápicos e fármacos.** Disponível em: <www.sbfgnosia.org.br>. Acesso em: 26. Maio. 2008, 12H.
- D'IPPOLITO, J.A.C; ROCHA, L.M & SILVA, R.F. **Fitoterapia magistral: um guia para a manipulação de fitoterápicos.** ANFARMAG, 2005.
- DI SATSI, L.C. **Plantas medicinais verdades e mentiras.** São Paulo: Editora Unesp.
- KATZUNG, B.G. **Farmacologia Básica & Clínica.** São Paulo: Guanabara Koogan, 2006.
- NICOLETTI, M.A.; OLIVEIRA JUNIOR, M.A.; BERTASSO, C.C.; CAPOROSSI, P.Y & TAVARES, A.P.L. **Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos.** São Paulo: Infarma. V.19, nº ½, 2007.
- OLIVEIRA, F & AKISUE, G. **Fundamentos de Farmacobotânica.** 2º edição. São Paulo: Atheneu, 2007.
- OLIVEIRA, F.; AKISUE, G. & AKISUE, M.K. **Farmacognosia.** São Paulo: Atheneu, 2005.
- SOMAVILLA, N. & CANTO-DOROW, T. S. **Levantamento das plantas medicinais utilizadas em bairros de Santa Maria-RS.** Ciência e Natura, 1996.

VIEIRA, P.A. **Valeriana officinalis.** Disponível em: <www.naturalmed.com.br/biblioteca/valeriana.pdf>. Acesso em: 26. Ago. 2008, 12H:44min.

VIÑAS, P & JUNIOR FELIPPE, J. **Plantas com efeitos na insônia.** São Paulo, 2004. Disponível em: <www.medicinacomplementar.com.br/tema2111052.asp>. Acesso em 01. Jun. 2008, 19H:25min.