

RESUMO SIMPLES ESTRUTURADO - ESTUDOS EXPERIMENTAIS E DE
REVISÃO- METODOLOGIAS DE REVISÕES SISTEMÁTICAS,
INTEGRATIVAS, METAANÁLISE E MODELOS EXPERIMENTAIS EM
PESQUISA BIOMÉDICA.

**OS FITOTERÁPICOS NA EVOLUÇÃO DE TRATAMENTO DA INSÔNIA,
ANSIEDADE, DEPRESSÃO E DOENÇAS MENTAIS.**

Mauricio Santos Amorim (mausantosamorim@gmail.com)

Fátima Vívian Sousa Rodrigues (vivianrodrigues3344@gmail.com)

Maria Ianny Moraes Lima (moraishlimaianny@gmail.com)

Alessandra Santos Silva (alessandra.sandra686@gmail.com)

Nayanne Da Silva Sousa (nayanesousa198@gmail.com)

Marina Micaelle Rodrigues Siqueira (marinaprofuninassau@gmail.com)

Introdução: Os fitoterápicos são medicamentos derivados de plantas medicinais utilizados como alternativas terapêuticas para insônia, ansiedade, depressão e outros transtornos mentais. Contêm compostos bioativos com propriedades psicoativas e neuroprotetoras, como os presentes na valeriana, camomila, passiflora e hipérico (erva-de-são-jão). Seus mecanismos de ação envolvem a modulação de neurotransmissores, além de efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios. A orientação profissional é essencial para garantir eficácia e segurança, uma vez que produtos e dosagens variam. Objetivo: Avaliar a ação das plantas medicinais em pessoa com insônia, ansiedade, depressão e doenças mentais em seus tratamentos. Métodos: Trata-se de uma revisão

integrativa, de natureza qualitativa, descritiva e exploratória, A pesquisa foi conduzida utilizando as bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), LILACS, SciELO e PubMed. Os descritores foram: “Plantas Medicinais”, “Doenças Mentais”, “Saúde”, “Fitoterápicos” e “Tratamentos” utilizando o operador booleano AND e OR. A seleção de artigos foi restrita aos últimos cinco anos, aos idiomas português e inglês e disponível na íntegra. Foram excluídos artigos duplicados, revisão e publicados antes do período estabelecido. Resultados: A amostra final foi composta por cinco artigos, dois na LILACS, dois na SciELO e um na PubMed. Os estudos mostram que plantas medicinais atuam principalmente na modulação do sistema GABAérgico, desempenhando papel crucial na regulação do sistema nervoso central e no tratamento de distúrbios mentais. Os estudos incluídos foram: Mendonça et al (2022); Silva et al (2022); KP Patrício et al (2022); Lopes et al (2020); Zhang et al (2022). Conclusão: Conclui-se que a fitoterapia representa uma alternativa promissora e complementar no cuidado à saúde mental. A continuidade das pesquisas é fundamental para esclarecer seus benefícios clínicos, padronizar dosagens e garantir o uso seguro e eficaz dessas terapias naturais.

Palavras-chave: plantas medicinais; doenças mentais; saúde; fitoterapia ; tratamento.