

USO DA PLANTA MEDICINAL *HYPERICUM PERFORATUM* NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

Rafaela Vago de Santana¹, Patrícia Campos da Rocha Loss², Karine Lourenzone de Araujo Dasilio³, Fernanda Bravim³, Soo Yang Lee³, Clauder Oliveira Ramalho³, Syane de Oliveira Gonçalves³

¹ Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

² Docente e Orientadora do Curso de Farmácia do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

³ Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário Multivix Vitória, Vitória – ES

RESUMO

O objetivo do estudo é descrever o uso da planta medicinal *Hypericum perforatum* (HP) no tratamento da depressão, que é um transtorno mental, com estimativa de mais de 300 milhões de pessoas afetadas no mundo. A metodologia envolve uma pesquisa bibliográfica, com a seleção de artigos científicos nas bases de dados: Scielo, Biblioteca Nacional de Medicina dos EUA (PMC), Bireme, Lilacs e PubMed publicados entre 2017 e 2023. O uso de plantas com fins terapêuticos é um dos métodos mais antigos para o tratamento de doenças, sendo o HP uma alternativa eficaz a outros agentes terapêuticos no tratamento da depressão. Sendo assim, constata-se que o uso do HP, também conhecido como Erva-de-São-João, tem eficácia igual ou superior aos antidepressivos convencionais, que estão fortemente associados a efeitos colaterais indesejados.

Palavras-chave: Depressão; Erva-de-são-joão; *Hypericum perforatum*, Planta medicinal.

INTRODUÇÃO

A depressão é um transtorno psiquiátrico crônico e recorrente fazendo com que o indivíduo tenha mudanças de humor, sinta exaustão mental, perda do interesse em realizar atividades e um imenso sentimento de vazio, bem como sentimentos de dor, amargura, desencanto, desesperança, baixa autoestima e culpa, assim como distúrbios do sono e do apetite (RODRIGUES, 2018).

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OPAS/OMS, 2020) a depressão é um transtorno mental global, com estimativa de mais de 300 milhões de pessoas afetadas, em todas as idades. Pode causar à pessoa afetada um grande sofrimento, disfunção no trabalho ou na escola e no seio familiar. Na pior das hipóteses, a depressão pode levar ao suicídio. Em um ano morrem por suicídio cerca de 800 mil pessoas, sendo essa a segunda principal causa de morte entre pessoas com idade entre 15 e 29 anos.

Segundo o Ministério da Saúde (BRASIL, ano) o transtorno depressivo é um problema médico grave e altamente prevalente na população em geral. Foi demonstrado em estudo epidemiológico que no Brasil a prevalência de depressão ao longo da vida está em torno de 15,5%, sendo 10,4% na Rede de Atenção Primária de Saúde.

A causa da depressão é uma disfunção bioquímica cerebral, que pode ter influência genética, do ambiente e do organismo, podendo ser combinados ou não. As mulheres são mais suscetíveis devido a oscilação de hormônios durante o período fértil (PACHECO, 2021).

O aumento de diagnósticos e autodiagnósticos da doença, é de conhecimento geral, junto ao crescente consumo de psicofármacos como os antidepressivos, que, mesmo apresentando resultados positivos, estão sujeitos a dificuldades de adesão devido ao tempo para o início dos efeitos terapêuticos e aos efeitos colaterais comuns no começo do tratamento (FURTADO, 2021).

Por volta da década de 1950 foi dado início a “Era da Psicofarmacologia” com o uso dos Inibidores da Monoamina Oxidase (IMAO) e dos tricíclicos. Como passar dos anos foram surgindo outras drogas para o tratamento da depressão como os Inibidores Específicos da Recaptação da Serotonina, os Inibidores da Recaptação da Serotonina e Noradrenalina, entre outros (LEAL et al, 2021).

Por consequência houve a necessidade, pela comunidade médica, de uma droga que demonstrasse eficácia igual ou superior aos psicofármacos, e ainda, que tivesse menos efeitos colaterais, sendo segura para utilização no tratamento ambulatorial da depressão (FURTADO, 2021). Surgiu então a possibilidade de utilização da planta medicinal *Hypericum perforatum* (HP), pois possui compostos biologicamente ativos que atuam como Inibidores Seletivos de Recaptação de Serotonina (ISRS) (NUNES, 2018).

Segundo o Ministério da Saúde - Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Brasil, 2020), em uma metanálise de 23 pesquisas, formadas por 1757 pacientes com depressão leve a moderada, o *Hypericum perforatum* foi substancialmente superior ao placebo, com poucos efeitos adversos (19,9%) comparado aos antidepressivos convencionais (58,8%).

O presente estudo tem como objetivo descrever o uso da planta medicinal *Hypericum perforatum* no tratamento da depressão, bem como apresentar a definição de depressão e seus aspectos, como os mecanismos de ação e as características farmacológicas e terapêuticas.

Para a construção do estudo foi empregado o método de pesquisa bibliográfica, exploratória e quantitativa sobre o uso da *Hypericum perforatum* no tratamento da depressão. Para a seleção dos artigos científicos foram utilizadas as bases de dados: (SciELO), Biblioteca Nacional de Medicina dos EUA (PMC), Bireme, Lilacs e PubMed publicados entre 2016 e 2023

DESENVOLVIMENTO

A depressão é considerada um tipo de transtorno de humor que provoca alterações mentais, corporais e distúrbio do humor. Um conjunto de sintomas que alteram a capacidade do indivíduo de realizar suas atividades normais, interferindo de forma significativa na vida pessoal, social e profissional. Ressalta-se que os sintomas podem durar semanas, meses ou perdurar por anos. (SOUZA et al, 2018).

É um transtorno de humor crônico e recorrente, que causa um forte impacto na qualidade de vida do paciente e de seus familiares. Definido por sentimento de tristeza, culpa, pessimismo, perda de apetite, dificuldade de concentração, diminuição da libido e aumento da irritabilidade (RODRIGUES, 2018).

As mulheres apresentam aproximadamente duas vezes mais chances de ter depressão do que os homens. Ocorre com maior frequência em sujeitos com menores níveis socioeconômicos e pessoas separadas dos cônjuges. Há maior risco entre indivíduos que moram sozinhos. Outros fatores como a genética, idade avançada, presença de eventos estressantes da vida, presença de outros transtornos psiquiátricos, doenças crônicas e eventos negativos tais como as dificuldades financeiras, dificuldades nas relações interpessoais e ameaças permanentes à segurança do indivíduo, também estão associados ao desenvolvimento do transtorno (LEAL et al, 2021).

O conceito de depressão foi se alterando com a evolução da medicina e das tecnologias, até ser reconhecida como uma doença psiquiátrica que necessita de tratamento e acompanhamento profissional (FURTADO, 2021).

Durante o diagnóstico é importante distinguir a tristeza transitória caracterizada por acontecimentos difíceis e/ou desagradáveis ao longo da vida, da tristeza patológica que é definida como um constante estado de desânimo, exaustão, tristeza e angústia (LEAL et al, 2021).

O diagnóstico da depressão é realizado mediante uma entrevista clínica, através da escuta atenta as queixas relatadas pelo paciente e a busca por sintomas que possam estar sendo negligenciados ou não verbalizados. Desenvolvendo uma investigação sobre a história do paciente, analisando os principais sintomas, frequência e duração (PACHECO, 2021).

Os critérios utilizados para o diagnóstico e classificação dos estados depressivos se encontram no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), que determina nove critérios para a depressão: 1- Humor deprimido na maior parte do dia, quase todos os dias, indicado por relato subjetivo ou observação feita por outros; 2- Diminuição acentuada do interesse ou prazer em todas, ou quase todas, as atividades na maior parte do dia, quase todos os dias; 3- Significativa perda de peso sem fazer dieta, ou ganho de peso, ou diminuição ou aumento do apetite quase todos os dias; 4- Insônia ou hipersonia quase todos os dias; 5- Agitação ou retardo psicomotor quase todos os dias; 6- Fadiga ou perda de energia quase todos os dias; 7- Sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva ou inadequada quase todos os dias; 8- Capacidade diminuída de pensar ou concentrar-se, ou indecisão, quase todos os dias; 9- Pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida recorrente sem um plano específico, ou tentativa de suicídio ou plano específico para cometer suicídio. Os quais, cinco, devem estar presentes durante o mesmo período de duas semanas e um desses sintomas deve ser, obrigatoriamente, humor deprimido ou perda do interesse e ou prazer (MASCARENHAS et al, 2022).

A depressão exige um acompanhamento médico sistemático. Os casos mais leves respondem bem ao tratamento psicoterápico, já nos casos mais graves, com ocorrências de tentativas de suicídio ou com reflexo negativo sobre a vida afetiva, familiar e profissional e em sociedade, é indicado o tratamento com antidepressivos (DOSI, 2021). O acompanhamento psicológico e psiquiátrico é muito importante, além da medicação, para se obter resultados positivos (NEUROLOGIA INTEGRADA, 2021).

Existem vários grupos de antidepressivos que não causam dependência, mas a prescrição deve ser mantida, às vezes, por toda a vida evitando assim, possíveis recaídas, apesar da desvantagem de alguns efeitos colaterais que podem ocorrer (SILVA et al, 2021).

Quando se ampliou o uso de fármacos industrializados, observou-se que algumas drogas em teste para outros problemas de saúde melhoravam o humor de pacientes com sintomas depressivos, por isso o termo antidepressivo. A primeira classe desses medicamentos foi a dos Inibidores da Monoamina Oxidase (IMAO), um exemplo obtido dessa classe foi a iproniazida que quando utilizada para tratar a tuberculose, constatou-se que o humor dos pacientes melhorava. Mas, por possuir muitos efeitos colaterais, esta substância deixou de ser utilizada nas décadas seguintes (SOUZA et al, 2018).

Logo depois surgiu outra classe de substâncias, os antidepressivos tricíclicos (ADT), que inicialmente eram usados como anti-histamínicos e a partir daí foi dada origem a imipramina que se estabeleceu como medicamento para tratar sintomas depressivos (SOUZA et al, 2018).

Ao longo dos anos novas classes de drogas, categorizadas a partir dos tipos de receptores com que interagem no organismo, foram incluídas no grupo dos antidepressivos. A classe dos Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina (ISRS), foi desenvolvida na década de 1980, e nas últimas décadas do século XX e início do século XXI, outros medicamentos, como os Inibidores Seletivos da Noradrenalina, foram lançados no mercado (CRUZ et al 2022).

O tratamento convencional se divide em três grandes grupos: os antidepressivos tricíclicos (ADT) – imipramina, amitriptilina, nortriptilina; os inibidores da monoamina oxidase (IMAO) – iproniazida, fenelziina, amiflamina; e os inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS) – fluoxetina, venlafaxina e sertralina. Apesar do grande avanço e do desenvolvimento de novas classes de antidepressivos os profissionais envolvidos com o manejo de pacientes depressivos ainda enfrentam algumas dificuldades, e o que mais se destaca são os efeitos colaterais que dificultam o uso de tais medicações, acarretando uma taxa de abandono do tratamento de 7,7% a 16,2% (MASCARENHAS et al, 2022).

Alguns dos efeitos adversos presentes nas três classes de antidepressivos utilizados no tratamento da depressão leve e moderada: Inibidores da Monoamina Oxidase - hipotensão ortostática grave, diarreia, edema periférico, estimulação simpática (taquicardia e palpitação) e ansiedade. Devido aos efeitos de outras drogas antidepressivas de elevar o sistema serotoninérgico é aconselhado que o tratamento com IMAO se inicie após uma semana da descontinuação de tais drogas. Os efeitos da síndrome serotoninérgica são: agitação, nervosismo, náusea, vômito, ataxia (dificuldade de manter a coordenação motora), mioclonias (movimentos involuntários devido a contração de um músculo), tremor, convulsões, coma e em casos mais graves levar à morte; Antidepressivos Tricíclicos - hipotensão ortostática, mioclonias, convulsão, visão turva, boca seca, retenção urinária, tremores de mãos, disfunções sexuais (redução da libido, retardo ou inibição ejaculatória e inibição do orgasmo) sedação, constipação, taquicardia e aumento dos intervalos PR e QRS no

eletrocardiograma. Em dosagens elevadas, os ADTs podem causar delirium. Em um pequeno grupo de pacientes a interrupção abrupta de ADTs, após tratamento prolongado, é acompanhada de uma síndrome de abstinência que ocorre nas primeiras 48 horas após a suspensão do antidepressivo. Os sintomas são: mal-estar geral, alterações gastrintestinais (náuseas, vômitos, diarreia), ansiedade, irritabilidade, insônia, sonhos vívidos, movimentos parkinsonianos ou acatisia (inquietação interna e irritabilidade). Podem ocorrer ataques de pânico, arritmias cardíacas, delirium e menos frequentemente agitação. Recomenda-se a diminuição gradativa da medicação ao longo de algumas semanas; Inibidores Seletivos da Recaptação de Serotonina: insônia, náuseas, vômitos, diarreia, cefaleia (dor de cabeça), ansiedade, agitação, acatisia, tremor, disfunção sexual, nervosismo, mioclonias, perda ou ganho de peso (CRUZ et al 2022).

A planta *Hypericum Perforatum*, abordada no trabalho, é uma alternativa eficaz a outros agentes terapêuticos no tratamento da depressão, sendo um dos poucos antidepressivos naturais. O uso de plantas com fins terapêuticos é um dos métodos mais antigos para o tratamento de doenças. Transtornos psiquiátricos como ansiedade e depressão são patologias que também podem ser tratadas a base de plantas (SILVA, 2018).

A espécie *H. perforatum* pertence à família *Hypericaceae*, é uma planta herbácea e perene, natural de climas temperados, é distribuída pela Europa, Ásia, norte da África e nos Estados Unidos em solo arenoso e bem drenado. É comumente conhecida como hipérico, orelha-de-gato, alecrim-bravo, arruda-de-São-Paulo, arruda-do-campo, milfurada, Erva de São João e *St. John`s Wort* (LEAL et al, 2021).

A planta apresenta-se com tamanho médio de 50 cm, podendo atingir até cerca de 1 m. É composta por flores amarelo-alaranjado e há pequenos pontos de uma pigmentação escura, cresce em áreas ensolaradas, secas e até arenosas. Suas folhas são ovadas a lineares e contêm glândulas translúcidas. Suas sementes são pequenas e alongadas, de extremidades arredondadas sendo que expostas ao sol em temperaturas altas germinam após alguns dias. O caule é arredondado e alongado e se ramifica no topo. A raiz tem consistência lenhosa e resistente que com o passar do tempo, fica ainda mais lenhosa, de cor amarelo-acastanhada e sua superfície é coberta por anéis de escamas. O gênero *Hypericum* apresenta mais de 450 espécies, sendo a *H. perforatum* a mais representativa em aparência e propriedades químicas (MASCARENHAS et al, 2022).

Esta planta, também conhecida como erva-de-São-João ou hipérico, é uma planta herbácea e perene, natural de climas temperados como a Europa, a Ásia e a África, em solo arenoso e bem drenado, e tem sido utilizada na medicina popular devido as suas ações como cicatrizante, diurético, bactericida, analgésico e anti-inflamatório, além de sua ação antidepressiva (FURTADO, 2022).

Imagem 1 – *Hypericum perforatum*



Fonte: Oficina de ervas. Disponível em: <<https://www.oficinadeervas.com.br/conteudo/hiperico-a-planta-que-afasta-a-depressao>>. (Acesso em: 19/06/2023).

A *Hypericum perforatum* é uma planta medicinal com uma reconhecida ação psicotrópica considerável, a eficácia curativa equivale a de medicamentos convencionais em depressões leves e moderadas, segundo estudos clínicos. Na Alemanha, devido à sua aceitação, se tornou o antidepressivo mais utilizado, representando mais de 25% do total de antidepressivos prescritos, e é quatro vezes mais do que a quantidade utilizada de fluoxetina (BEZERRA, 2019).

A *Hypericum perforatum* é destaque por ser uma das plantas com alto potencial medicinal. Seus extratos orgânicos e aquosos são usados no tratamento de diversas doenças, como: depressão unipolar leve, moderada e grave, nefroproteção, atividade antioxidante, antifúngica, antiviral e cicatrizante. Confirmou-se que os extratos aquosos são tão eficientes quanto os antidepressivos convencionais, tendo ainda a vantagem de causar menos efeitos colaterais (DOSI, 2021).

É muito importante ter conhecimento sobre todos os efeitos adversos e terapêuticos, dos fitoterápicos pois são usados como alternativa de tratamento para várias doenças. A erva-de-São-João mostrou-se como uma boa alternativa para o tratamento convencional da depressão, logo, é de extrema importância se obter todas as informações sobre o mesmo, para uma melhor orientação aos pacientes (FURTADO, 2021).

A composição química do *H. perforatum* apresenta grande variedade de metabólitos secundários. A determinação de vários compostos ativos nos extratos, em diferentes partes da planta, foi possível após análises químicas e ensaios biológicos. A concentração e a proporção dos diferentes constituintes na planta estão relacionadas as condições ambientais, período da colheita, condições da coleta, condições de armazenamento e entre outros fatores que afetam os níveis de metabólitos secundários (BEZERRA, 2019).

Os extratos hidroalcoólicos são as preparações mais comuns de HP utilizadas e são usadas as partes aéreas da planta. Estes extratos contêm pelo menos dez tipos de compostos bioquímicos diferentes, as substâncias identificadas foram: naftodiantronas (Hipericina; Pseudohipericina; Ciclopseudohipericina; Isohipericina; Protohipericina), Flavonoides (Hiperosida; Rutina; Quercetina; Quercetrina; Isoquercetrina; Canferol; Luteolina; Mangiferina), Proantocianidinas (Catecina;

Epicatecina; Procianidina B2), Biflavonas (I3; I18-biapigenina amentoflavona), Xantinas (1,3,6,7-tetrahidroxi- xantona), Floroglucinois (hiperforina e adiperforina), Óleos essenciais, Derivados de aminoácidos (GABA; Melatonina), Fenilpropanos (Ácido clorogênico), contudo, acredita-se que as principais responsáveis pela ação antidepressiva é a Hiperforina e Hipericina, que são as mais estudadas (SOUZA et al, 2018).

Nas preparações farmacêuticas contendo *H. perforatum* observou-se a presença de diversos constituintes, através da análise de preparações, como a hiperforina, a hipericina e diferentes flavonoides, e sua eficácia não se baseia em apenas um de seus metabolitos, mas sim no conjunto deles. Sendo assim, o efeito antidepressivo do extrato não depende unicamente da presença de hiperforina ou hipericina, mas da presença de seus diferentes constituintes químicos (SOUZA et al, 2018).

Os extratos de HP possibilitam o isolamento de uma série de metabólitos biologicamente ativos, incluindo antraquinonas/naftodiantronas (principalmente hipericina e pseudo-hipericina), derivados de floroglucinol (hiperforina e adhiperforina), flavonoides (como rutina, quercetina, quercitrina, isoquercitrina, luteolina miricetina e canferol), biflavonas (I3, I18-biapigenina e amentoflavona), xantonas e óleos voláteis, bem como a presença de alguns aminoácidos, vitamina C, cumarinas, taninos e carotenoides (CARVALHO et al, 2021).

No mecanismo de ação do *H. perforatum* se englobam as inibições de MAO, COMT (Catecol O-Metiltransferase), enfraquecimento da ligação entre benzodiazepínicos e receptores GABA (Ácido gama-aminobutírico), e há indicações de que o HP está associado à modulação da produção de citocinas (inibição da expressão da interleucina-6). Portanto acredita-se que o efeito farmacológico ocorra através de várias vias de sinalização distintas (FURTADO, 2021).

Células de neuroblastoma de ratos foram incubadas em soluções de *Hypericum* na tentativa de esclarecer os efeitos do *Hypericum perforatum*, e foi observado uma queda na expressão dos receptores de serotonina. Foi confirmado então um efeito similar à ação dos ISRS, como a fluoxetina, pois a redução nos receptores de serotonina resulta na recaptura de serotonina diminuída (RODRIGUES, 2018).

O tratamento crônico com *Hypericum* ocasiona o Down-regulation (diminui a intensidade das emoções negativas, através da redução dos receptores, por meio da diminuição da síntese, da internalização com degradação em lisossomos ou degradação não lisossômica de receptores) dos receptores β 1 adrenérgico e faz Up-regulation (aumenta ou mantém os benefícios das emoções positivas em situações que elas são ativadas) nos receptores pós- sinápticos 5-HT1A e 5-HT2. Pensa-se que o maior responsável pela ação antidepressiva é a hiperforina, no entanto, alguns constituintes, como a hipericina, a pseudohypericina, os flavonoides e as proantocianidinas oligoméricas podem desempenhar papel direto ou indireto (CRUZ et al 2022).

Observou-se também uma fraca inibição das MAOs A e B in vitro, além da queda na recaptura de serotonina, dopamina e noradrenalina, concluindo assim, que o *Hypericum* tem afinidade por três diferentes sistemas de recaptura de neurotransmissores (AMORIM et al, 2021).

A xantona, um dos constituintes do *Hypericum perforatum*, induz up-regulation dos receptores 5-HT₂ e down-regulation nos receptores D₂ após um tratamento crônico. O extrato do mesmo foi relacionado ao enfraquecimento da ligação entre benzodiazepínicos e receptores GABA in vitro (AMORIM et al, 2021).

Por ser uma das plantas medicinais mais usada ao redor do mundo o *H. Perforatum* possui interações medicamentosas relatadas. A interação medicamentosa caracteriza-se como a interferência de um medicamento, alimento, ou droga, na absorção, ação ou eliminação de outro medicamento (AMORIM et al, 2021).

Muitos cientistas são atraídos pela composição química do HP, por causa de sua abundante variedade de metabólitos secundários. A concentração e a proporção dos constituintes da planta estão relacionadas às condições ambientais e ao período da colheita, bem como ao processo de secagem e as condições de armazenamento (RODRIGUES, 2018).

De 2 a 4% do extrato de HP é constituído pelos flavonoides, e os derivados glicosilados da quercetina, como hiperosídeo, rutina, quercitrina e isoquercetrina, são os de maior importância (CARVALHO et al, 2021).

As flores possuem uma coloração que atrai os insetos e protege os tecidos da radiação Ultravioleta, devido à presença dos flavonoides. Apresentam também atividade antioxidante que desempenha um papel importante na atividade antidepressiva do extrato total de *Hypericum perforatum*, e impede a degradação oxidativa dos outros compostos presentes no interior da matriz da planta (FURTADO, 2022).

Há registros de potenciais interações medicamentosas entre o *H. perforatum* e outros medicamentos. Existe uma possibilidade de interação medicamentosa entre o *Hypericum perforatum* e os contraceptivos orais, que resultariam em sangramentos e, até mesmo, em gravidez indesejada. Reduz os níveis plasmáticos de vários fármacos, possivelmente por indução das enzimas hepáticas (citocromo P 450 – isoenzima CYP1A2), tais como: antidepressivos tricíclicos (amitriptilina, nortriptilina), anticonvulsivantes (carbamazepina, fenitoína, fenobarbital), anticoagulantes (femprocumona e varfarina). Ainda devido à indução da via metabólica do citocromo P-450, o *H. perforatum* interfere no efeito imunossupressor da ciclosporina provocando a queda nos níveis séricos do fármaco e a rejeição de órgãos ou tecidos transplantados que podem ocorrer em poucas semanas após o uso concomitante do extrato (DOSI, 2021).

Atua também nos inibidores de proteases, como o indinavir (para tratamento de HIV/AIDS), o amprenavir, nelfinavir, ritonavir e saquinavir, podendo demonstrar efeito similar em inibidores de transcriptase reversa não nucleosídicos, como o delavirdina, efavirenz e nevirapine, que são metabolizados pela mesma via metabólica, resultando em perda da resposta virológica, desenvolvimento de resistência ou resistência cruzada. A síndrome serotoninérgica poderá ser causada quando a planta for utilizada, concomitantemente, com alguns fármacos das classes: ADT, ISRS, IMAO, agonistas serotoninérgicos, alcalóides do ergot e simpatomiméticos (BEZERRA, 2019).

CONCLUSÃO

O transtorno depressivo é um problema global de saúde pública, que gera alterações mentais, corporais e distúrbio do humor, interferindo na vida pessoal, social e profissional do indivíduo. Gera dor, sofrimento, angústia e perda da capacidade funcional. Dessa forma é possível afirmar que o uso do *Hypericum perforatum* aumenta a qualidade de vida do paciente em tratamento para depressão.

De acordo com as pesquisas realizadas, há muitos benefícios no uso do *Hypericum perforatum* no tratamento da depressão, principalmente de leve a moderada. O HP pode atuar com eficácia igual ou superior aos antidepressivos convencionais, levando a remissão dos sintomas.

É notório que os antidepressivos usuais estão mais associados a efeitos colaterais indesejados. Em contrapartida, os medicamentos naturais, como a Erva-de-São João, têm alto potencial medicinal, com a vantagem de causar menos efeitos adversos.

Com base no que foi exposto, ressalta-se a importância de estudos científicos que abarquem a utilização do *Hypericum perforatum* no tratamento da depressão. Por serem reduzidas as pesquisas relacionadas a temática, o uso do hipérico como alternativa a depressão é menos utilizado.

REFERÊNCIAS

AMORIM, M.C.M.; REIS, B.V. Desenvolvimento de líquido oral para veicular a associação de *Hypericum perforatum* LE *Passiflora Incarnata* L. Pesquisa e Ação, [S.l.], v. 3, n. 2, p. 1-10, 2021. Disponível em:

<<http://publicacoes.unifran.br/index.php/pesquisa/article/view/261>>. Acesso em: 13/06/2023.

BEZERRA, A. Uso da planta medicinal Erva-de-São-João (*Hypericum perforatum*) no tratamento da depressão. 2019. Disponível em:

<<http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/8295>>. Acesso em: 13/06/2023.

CARVALHO, L.G; LEITE, S da Costa. Principais fitoterápicos e demais medicamentos utilizados no tratamento de ansiedade e depressão. Revista de Casos e Consultoria, v. 11, n. 1, p. 1-10, 2021. Disponível em: 13/06/2023.

<<https://periodicos.ufrn.br/casoseconsultoria/article/view/25178>>. Acesso em: 13/06/2023.

CRUZ, S.F.; SANTOS, M.A.P.; SANTANA, S.S. O uso terapêutico do *Hypericum perforatum* L. (Erva-de-São-João) no tratamento da depressão: uma revisão integrativa. Repositório Anima Educação, 2022. Disponível em:

<<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/30602>>. Acesso em: 14/06/2023.

Depressão Clínica – O que é, Causas, Sintomas e Tratamento. Neurologia Integrada, São Paulo. Disponível em: <

<https://www.neurologiaintegrada.com.br/depressao-clinica-o-que-e-causas-sintomasetratamento/#:~:text=A%20depress%C3%A3o%20cl%C3%ADnica%20%C3%A9%20>

[uma,psiqui%C3%A1trico%20mais%20comum%20no%20mundo](https://www.neurologiaintegrada.com.br/depressao-clinica-o-que-e-causas-sintomasetratamento/#:~:text=A%20depress%C3%A3o%20cl%C3%ADnica%20%C3%A9%20uma,psiqui%C3%A1trico%20mais%20comum%20no%20mundo)>. Acesso em: 29/04/2023.

DOSI, A. Avaliação da viabilidade do desenvolvimento de pastilhas gomas de *Hypericum Perforatum* L. para o tratamento de casos leves de depressão infanto-juvenil. 2021.

Repositório Anima Educação. Disponível em:

<<https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/13567>>. Acesso em: 14/06/2023.

FURTADO, Á.L.P. Uso do *Hypericum perforatum* L. (Erva-de-São-João) no tratamento da depressão, 2021. Disponível em:

<<https://repositorio.unifaema.edu.br/handle/123456789/1279>>. Acesso em: 29/04/2023.

FURTADO, R.N. Potencial farmacológico de plantas medicinais no tratamento da depressão. *Revista Eletrônica de Administração e Saúde*, v. 8, n.1, p. 1-10, 2022. Disponível em: <<https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/6912>>. Acesso em: 14/06/2023.

LEAL, J.A.; CAPOBIANCO, M.P. Utilização de fitoterápicos no tratamentoda depressão. *Revista Científica*, [S.l.], v. 1, n. 1, p. 1-10, 2021. Disponível em:

<<http://189.112.117.16/index.php/revista-cientifica/article/view/594>>. Acessoem: 14/06/2023.

MASCARENHAS, J.M. HYPERICUM PERFORATUM L. (ERVA-DE-SÃO-JOÃO) NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA.

Revista Ibero-Americana, 2022, v. 8, n. 1, p. 1-10. Disponível em:

<<https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/5057>>. Acesso em: 13/06/2023.

NEVES, J.W.J. Soares. Relação entre a regulação emocional Up- Regulation e Down-Regulation em uma tarefa atencional com distratores emocionais. Dissertação (Pós-graduação em Neurociência Cognitiva e Comportamento) – Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa, 2018. Disponível em:<https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/15011?locale=pt_BR>.

Acesso em: 29/04/2023.

NUNES, Aline. Utilização da planta medicinal Erva-de-São-João (*Hypericum perforatum* L.) no tratamento de depressão. *Visão Acadêmica*, Curitiba, v. 19, n. 3, Jul.-Set., 2018.

Disponível em: <<https://revistas.ufpr.br/academica/article/view/59637>>. Acesso em: 29/04/2023.

PACHECO, R.T.; SILVA, M.S. Uso de plantas medicinais no tratamento da depressão e seus benefícios. *Revista Eletrônica de Administração e Saúde Ibero-Americana*, v. 21, n. 1, p. 1-10, 2021. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/2270>>.

Acesso em: 13/06/2023.

RODRIGUES, M.G. Análise do uso racional de *hypericum perforatum* a partir do perfil das prescrições aviadas em farmácias de Anápolis-GO. *Revista Eletrônica de Farmácia*, v. 3, n. 1, p. 1-10, 2018. Disponível em:

<<https://www.revistas.ufg.br/REF/article/download/2075/2021/>>. Acesso em: 29/04/2023.

SILVA, E.L.P. da; SOARES, J.C.F. Avaliação do perfil de produção de fitoterápicos para o tratamento de ansiedade e depressão pelas indústriasfarmacêuticas brasileiras. *Brazilian Journal*, 2020. Disponível em:

<<https://ojs.brazilianjournals.com.br/index.php/BRJD/article/view/6253>>. Acessoem: 13/06/2023.

SILVA, M.G.P.; SILVA, M.M.P. Avaliação do uso de fitoterápicos em distúrbios psiquiátricos. *Revista Atenção à Saúde*, v.16, n. 56, p. 77-82, Abr./Jun., 2018. Disponível em:

<https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/4951>. Acesso em: 14/06/2023.

SOUZA, J.A.M; SILVA, C.D.P. Chás e fitoterápicos indicados para distúrbios do sono, ansiedade e depressão, disponibilizados em estabelecimentos comerciais de São Caetano

do Sul-SP. In: 21º Congresso Nacional de Iniciação Científica, São Paulo: CONIC-SEMESP, 2018. Disponível em: <<https://www.conic-semesp.org.br/anais/files/2018/1000000560.pdf>>. Acesso em: 18/06/2023.

ANVISA. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Medicamentos Fitoterápicos e Plantas Medicinais. Brasília: Anvisa, 2017. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/fitoterapicos>. Acesso em: 15/06/2023.

BRASIL, Ministério da Saúde. Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>>. Acesso em: 15/06/2023.

OMS/OPAS. Depressão. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>>. Acesso em: 15/06/2023.