

Utilização de antidepressivos e ansiolíticos de origem vegetal por acadêmicos de medicina de uma universidade pública da região nordeste do Brasil

Use of plant-derived antidepressants and anxiolytics by medical students at a public university in the northeastern region of Brazil

Uso de antidepressivos y ansiolíticos de origen vegetal por parte de estudiantes de medicina de una universidad pública del nordeste de Brasil

Recebido: 24/11/2022 | Revisado: 02/12/2022 | Aceitado: 04/12/2022 | Publicado: 13/12/2022

Luis Nunes de Oliveira Junior

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9900-5041>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: luis.junior@academico.uncisal.edu.br

Annaliz de Araújo Carnaúba

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6066-2100>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: annaliz.carnauba@academico.uncisal.edu.br

Ana Soraya Lima Barbosa

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2760-2613>
Centro Universitário CESMAC, Brasil
E-mail: ana.soraya.sol@gmail.com

Mara Cristina Ribeiro

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6963-8158>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
E-mail: mara.ribeiro@uncisal.edu.br

Maria do Carmo Teixeira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2628-2339>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
Universidade Tiradentes, Brasil
E-mail: MaruchaBorges@hotmail.com

Juliane Cabral Silva

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3098-1885>
Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas, Brasil
Centro Universitário CESMAC, Brasil
E-mail: juliane.cabral@uncisal.edu.br

Resumo

Estudos relatam uma íntima relação entre o crescimento de transtornos de ansiedade e depressão na população jovem e a rotina acadêmica, especialmente quando considerado o curso de medicina. Paralelamente, devido à facilidade de acesso e à crença na ausência de malefícios, faz com que os fitoterápicos atuantes no sistema nervoso central sejam uma alternativa bastante procurada por esse público. Dessa forma, o objetivo dessa pesquisa foi traçar o perfil de consumo de produtos naturais de origem vegetal para ação no sistema nervoso central em acadêmicos de medicina em uma universidade pública no nordeste do Brasil. Para tanto, as informações foram coletadas por meio de questionário online contendo perguntas específicas a partir de uma abordagem direta aos acadêmicos de medicina de uma universidade pública do nordeste brasileiro, considerando os fatores de inclusão e exclusão, sendo registrado na Plataforma Brasil do Ministério da Saúde – CAAE nº 50027121.0.0000.5011. O estudo contou com 125 participantes, onde 59 participantes afirmaram utilizar ou já terem utilizado fitoterápicos para o sistema nervoso central, sendo a Passiflora incarnata e a Valeriana officinalis as espécies mais utilizadas. Práticas inadequadas foram constatadas como a automedicação e a troca de receita. Problemas com a faculdade se mostraram como importantes estressores psicossociais e incentivadores para utilização de psicofármacos naturais. Por fim, a pesquisa apresentou semelhanças com a literatura e evidencia uma ampla utilização, sem o devido aconselhamento profissional, de fitoterápicos entre os estudantes de medicina.

Palavras-chave: Medicamento fitoterápico; Depressão; Ansiedade; Estudantes.

Abstract

Studies report a close relationship between the increase of anxiety and depression disorders in the young population and academic routine, especially when considering the medical course. At the same time, due to the easy access and the popular belief of harmlessness, nervous system acting herbal medicines are being much sought after by this group.

Thus, this research aimed to trace the consumption profile of central nervous system acting natural products in medical students at a public university in northeastern Brazil. To this end, information was collected through an online form containing specific direct questions to medical students from a public university in northeastern, considering the inclusion and exclusion factors. It was registered on the Brazil Platform of the Ministry of Health. – CAAE No. 50027121.0.0000.5011. The study had 125 participants, where 59 participants claimed to use or have used nervous system acting herbal medicines, with *Passiflora incarnata* and *Valeriana officinalis* being the most used species. Inadequate practices were found, such as self-medication and prescription change. College related issues proved to be important psychosocial stressors and incentives for the use of natural psychotropic drugs. Finally, the research presented similarities with the literature, evidencing a wide use, without proper professional advice, of herbal medicines among medical students.

Keywords: Phytotherapeutic drugs; Depression; Anxiety; Student.

Resumen

Estudios reportan una íntima relación entre el crecimiento de los trastornos de ansiedad y depresión en la población joven y la rutina académica, especialmente cuando se considera la carrera de medicina. Al mismo tiempo, por la facilidad de acceso y la creencia en la ausencia de daño, hace que los medicamentos a base de hierbas que actúan sobre el sistema nervioso central sean una alternativa muy buscada por este público. Por lo tanto, el objetivo de esta investigación fue rastrear el perfil de consumo de productos naturales de origen vegetal para la acción sobre el sistema nervioso central en estudiantes de medicina en una universidad pública en el noreste de Brasil. Para ello, se recolectó información a través de un cuestionario en línea que contenía preguntas específicas de un abordaje directo a estudiantes de medicina de una universidad pública del nordeste de Brasil, considerando los factores de inclusión y exclusión, siendo registrado en la Plataforma Brasil del Ministerio de Salud – CAAE No 50027121.0.0000.5011. El estudio contó con 125 participantes, donde 59 participantes afirmaron usar o ya usaron medicamentos a base de hierbas para el sistema nervioso central, siendo *Passiflora incarnata* y *Valeriana officinalis* las especies más utilizadas. Se encontraron prácticas inadecuadas, como la automedicación y el cambio de recetas. Los problemas con la universidad demostraron ser factores estresantes psicosociales importantes e incentivos para el uso de psicofármacos naturales. Finalmente, la investigación presentó similitudes con la literatura y evidencia un amplio uso, sin el debido asesoramiento profesional, de fitoterápicos entre los estudiantes de medicina.

Palabras clave: Medicamento fitoterápico; Depresión; Ansiedad; Estudiantes.

1. Introdução

Estima-se que 1 bilhão de pessoas no mundo vivem com transtornos mentais, dos quais 5% dos adultos têm depressão, o que a torna uma das principais causas de incapacidade, especialmente laboral (LANCET, 2022). De acordo com a World Health Organization [WHO] (2017), o transtorno depressivo e o transtorno de ansiedade são os distúrbios psíquicos com as participações mais significativas no mundo, com acometimento estimado de 4,4% e de 3,6%, respectivamente, na população global.

Segundo dados da Organização Pan-Americana da Saúde [OPAS] (2021), estima-se que mais de 300 milhões de pessoas, em diversas faixas etárias, sofram com a depressão. Ainda segundo a OPAS, cerca de 25% da população americana sofrerá com problemas na saúde mental ao longo de suas vidas.

Nesse sentido, os transtornos mentais também possuem grande impacto sobre os jovens universitários, sendo responsáveis por quase metade das doenças que afligem essa população, sendo a busca pelo sucesso acadêmico um potencial estressor psicossocial (Eisenberg et al., 2007). Ademais, há também outros estressores como a perda da liberdade pessoal, o alto nível de exigência do curso, a falta de tempo para o lazer, a forte competição entre colegas e o próprio contato com a história dos pacientes, especialmente no curso de medicina (Ribeiro et al., 2014).

Esse fato é expresso no panorama geral, visto que cerca de 20% dos estudantes universitários sofrem de sintomas leves, moderados ou graves de depressão (Çelik et al., 2019). Paralelo a esse estudo, Lun et al. (2018) relatam índices ainda mais preocupantes, como uma ocorrência de cerca de 68,5% para sintomas leves a severos de depressão e sintomas de ansiedade em 54,4% dos acadêmicos entrevistados.

Ribeiro et al. (2014) relatam em sua pesquisa que cerca de 11,4% dos estudantes em um curso de medicina utilizam ou já utilizaram medicamentos antidepressivos. Adicionalmente, em estudantes de medicina em universidades francesas, houve

uma incidência de aproximadamente 5,4% para o consumo de ansiolíticos, também relacionado a uma tentativa de aliviar a ansiedade decorrente dos numerosos compromissos com a faculdade (Fond et al., 2020).

Como causalidade para o estabelecimento desses transtornos, também pode ser apontada uma baixa quantidade de horas de sono relacionada à necessidade de cumprir com os compromissos acadêmicos (Zhai et al., 2015). A busca pelo sucesso acadêmico é muitas vezes atrelada a diversas responsabilidades que o universitário assume, o que o leva a abdicar de um sono adequado por meio de estimulantes/energéticos (Çelik et al., 2019). Desse modo, a presença de insônia implica também em uma maior incidência de depressão maior, transtorno de ansiedade generalizada, transtorno do pânico e fobias (Taylor et al., 2011).

Vale ressaltar que os distúrbios do sono encontrados nessa população universitária podem originar outras consequências na vida destes indivíduos: Gaultney (2010) indica que existe a possibilidade de se ter um baixo rendimento acadêmico, enquanto Lund, Reider, Whiting e Prichard (2010) apontam a contribuição destes distúrbios para uma saúde física mais debilitada e, ainda mais grave, Nardoff et al., (2011) advertem para a possibilidade da existência de ideias suicidas.

Paralelamente, há grande disseminação de fitoterápicos no mercado, seja por uma legislação mais branda para comercialização, pelo pensamento de que produtos naturais não provocam malefício ou por seus diversos usos, conferidos pela variedade de substâncias químicas, como saponinas, lectinas, alcaloides, polifenóis, triterpenos, flavonoides (Fajemiroye et al., 2016). Sarris et al., (2011) mostram a existência de uma grande variedade de antidepressivos, a exemplo da *Hypericum perforatum* e a *Ginkgo biloba*; e de ansiolíticos como a *Passiflora spp*, *Rhodiola rosea* e a *Crocus sativus*, que também apresentam efeito antidepressivo.

As ações antidepressivas de algumas dessas espécies, em especial a *Albizzia julibrissin*, se deve à presença de frações de saponina que atuam por meio dos receptores serotoninérgicos 5HT1A e 5HT1B (Kim et al., 2007). Abbas et al. (2013) indicam que frações de saponinas com efeitos antidepressivos também foram encontradas em espécies como a *Areca catechu nut*. Outras espécies, a exemplo da *Schinus molle L.*, apresentou uma ação antidepressiva por meio de interações com receptores serotoninérgicos, noradrenérgicos e dopaminérgicos por conter frações de lectina (Machado et al., 2007).

Haja vista, conforme supracitado, a incidência do consumo de substâncias atuantes do sistema nervoso central por universitários, e a grande disseminação de fitoterápicos, incluindo aqueles que atuam nessa mesma região anatômica, o presente estudo pretendeu traçar o perfil de consumo de produtos naturais de origem vegetal para ação no sistema nervoso em acadêmicos de Medicina de uma universidade pública da região nordeste do Brasil. Para tanto, levou-se em conta o perfil socioeconômico e de consumo da população estudada, finalidades terapêuticas, assim como possíveis práticas de utilização indiscriminadas que pudessem trazer implicações para a saúde destes indivíduos.

2. Metodologia

A metodologia se baseou no encaminhamento, via e-mail institucional, de um questionário online, contendo perguntas acerca do uso de antidepressivos, ansiolíticos e estimulantes do sistema nervoso central de origem vegetal. A amostra da pesquisa foi constituída por alunos de medicina de uma universidade pública da região nordeste do Brasil, tendo em vista que foi recebida a autorização da universidade para a coleta de dados com os seus alunos, assim como foi aprovado pelo comitê de ética e registrada na Plataforma Brasil do Ministério da Saúde – CAAE nº 50027121.0.0000.5011.

A coleta de dados por meio de questionário online se mostra eficiente no que tange a um maior potencial de alcance global quanto a amostra pesquisada, assim como promove uma maior facilidade na coleta de dados e economia de tempo na organização destes, a partir de um baixo custo (Gonçalves, 2008). Além disso, Aaker (2007) acrescenta que a coleta de dados via e-mail possibilita uma maior adesão do entrevistado, tendo em vista que este pode responder ao questionário de acordo com o dia e horário de disponibilidade.

Os e-mails dos alunos foram fornecidos pela coordenação do curso de Medicina, sendo que essas turmas faziam parte do ano letivo de 2021. Dessa forma, semanalmente foram enviados para esses e-mails o link para o questionário, assim como o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), que condicionava o participante a concordar com os termos para iniciar a entrevista.

O questionário visava buscar algumas informações específicas do entrevistado, como forma de caracterizar essa amostra. Houve questionamentos quanto ao gênero, faixa etária, motivações para utilização, caracterização do consumo (tipos de medicamentos utilizados para o sistema nervoso central, plantas medicinais, satisfação quanto aos resultados e reações adversas), e a opinião dos entrevistados quanto aos riscos e eficácia dos fitoterápicos em detrimento dos medicamentos convencionais.

3. Resultados

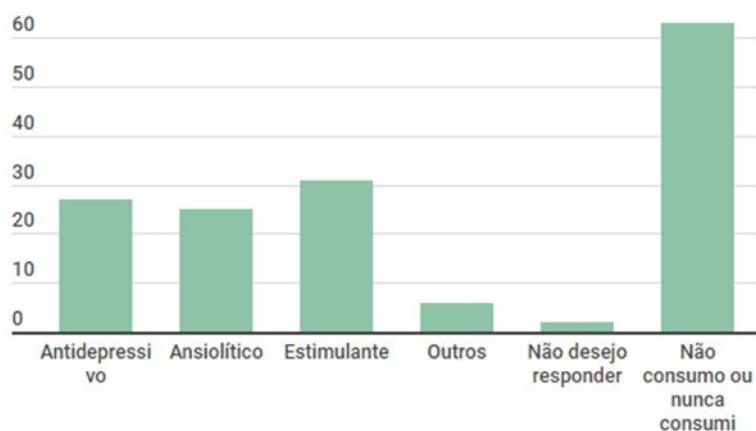
O presente estudo teve a participação de 125 alunos, desse total, 52% (65 participantes) eram do sexo masculino e 48% (60 participantes) eram do sexo feminino. Com relação à faixa etária, 38,4% (48 participantes) tinham entre 18 e 22 anos; 39,2% (49 participantes) estavam entre 23 e 27 anos; 12% (15 participantes), entre 28 e 32 anos; 4,8% (6 participantes), entre 33 e 37 anos; e 5,6% (7 participantes) acima de 38 anos.

A distribuição entre as fases de estudo em que os participantes da pesquisa se encontravam apresentou-se da seguinte forma: 18,4% (23 participantes) do primeiro ano; 18,4% (23 participantes) do segundo ano; 28% (35 participantes) do terceiro ano; 26,4% (33 participantes) do quarto ano; e 8,8% (11 participantes) faziam parte do estágio obrigatório.

Com relação a moradia, 57,6% (72 participantes) responderam que moravam com os pais e/ou parentes; 21,6% (27 participantes) indicaram que moravam sozinhos; 11,2% (14 participantes) dividiam a moradia com amigos ou colegas; e, por fim, 9,6% (12 participantes) moravam com o cônjuge ou filhos.

Foi ainda questionado se havia tido a utilização de medicamentos sintéticos para a mesma finalidade e quais seriam eles, obtendo-se resposta positiva para um total de 43 participantes (34,4%). A frequência dos tipos de medicamentos entre os participantes pode ser vista no Gráfico 1, tendo sido possível assinalar mais de uma opção para o tipo de medicamento, caso isso correspondesse à realidade do estudante.

Gráfico 1 - Frequência dos tipos de medicamentos para o sistema nervoso central consumidos pelos acadêmicos entrevistados.



Fonte: Autores.

A partir do Gráfico 1, nota-se que o consumo de antidepressivos foi indicado em um total de 27 casos, correspondendo a uma frequência de 22,1% das respostas, enquanto que o uso de ansiolíticos foi indicado em um total de 25 casos, alcançando uma frequência de 20,5% das respostas.

Logo em seguida foi questionado sobre o uso de produtos provenientes de plantas medicinais, onde 68,8% (86 participantes) afirmaram que utilizavam ou já tinham utilizado este tipo de alternativa terapêutica, seja na forma de chá, suco, comprimido, cápsula ou outros. Dentre estes, 59 participantes afirmaram que consumiam ou já tinham consumido fitoterápicos para o sistema nervoso central para efeitos antidepressivos e/ou ansiolíticos, um número superior aos que já tinham utilizado medicamentos sintéticos com a mesma finalidade. Neste sentido, são mostradas na Tabela 1 as características socioeconômicas dos usuários de antidepressivos e ansiolíticos de origem vegetal.

Tabela 1 - Perfil dos usuários de fitoterápicos para o sistema nervoso central.

Características	Total (n,%)
Sexo	
Feminino	34(57,6)
Masculino	25(42,4)
Idade	
Entre 18 e 22 anos	23(39,0)
Entre 23 e 27 anos	19(32,2)
Entre 28 e 32 anos	11(18,6)
Entre 33 e 37 anos	5(8,5)
Acima de 38 anos	1(1,7)
Ocupação	
Trabalha e estuda	18(30,5)
Apenas estuda	37(62,7)
Renda	
Até 3 salários mínimos	14(23,7)
Entre 3 e 10 salários mínimos	32(54,3)
Entre 10 e 20 salários mínimos	10(16,9)
Entre 20 e 30 salários mínimos	2(3,4)
Mais de 30 salários mínimos	1(1,7)
Total de usuários	59(100)

Fonte: Autores.

Analisando-se esta Tabela 1, percebe-se uma ligeira prevalência do uso de antidepressivos e ansiolíticos de origem vegetal no sexo feminino, assim como houve uma pequena prevalência da faixa etária entre 18 e 22 anos para o consumo destes fitoterápicos, se comparada à faixa etária de 23 a 27 anos. Uma taxa significativa de uso desses produtos naturais incidiu sobre os acadêmicos que apenas estudavam, e a faixa de renda familiar mais frequente entre os usuários destes produtos foi a de 3 a 10 salários mínimos.

Foi questionado para cada participante sobre a utilização de uma série de espécies que possuem efeitos antidepressivos e/ou ansiolíticos comprovados na literatura, assim como foi questionado sobre a regularidade deste consumo, e a distribuição das respostas é apresentada na Tabela 2. Vale ressaltar que este resultado corresponde à frequência de respostas dos entrevistados que afirmaram utilizar fitoterápicos para efeitos antidepressivos e/ou ansiolíticos, tendo em vista que a presente pergunta permitia ao participante selecionar mais de uma opção de fitoterápico.

Tabela 2- Distribuição da utilização de espécie de plantas medicinais para efeitos antidepressivos e/ou ansiolíticos.

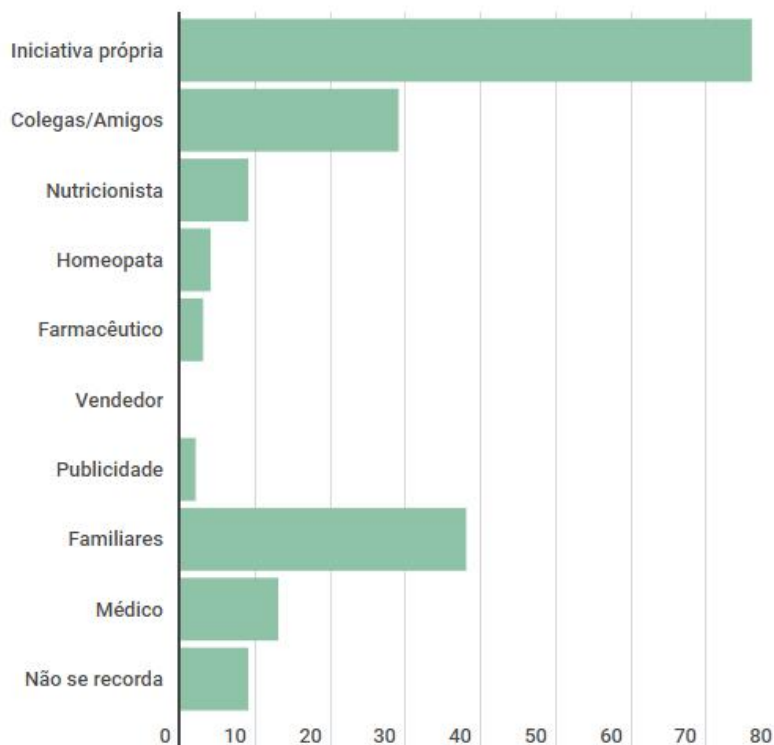
Espécie	Nunca usei	Ocasional	Mensal	Semanal	Uso diário
<i>Hypericum perforatum</i>	106	2	1	0	3
<i>Ginkgo biloba</i>	102	8	1	0	0
<i>Curcuma longa</i>	100	9	2	2	0
<i>Passiflora incarnata</i>	83	26	3	2	1
<i>Valeriana officinalis</i>	97	14	2	0	2
<i>Panax ginseng</i>	109	1	1	0	0
<i>Rhodiola rósea</i>	109	0	1	1	0
<i>Crocus sativus</i>	107	2	1	0	0
<i>Piper methysticum</i>	107	1	1	1	0
<i>Melissa officinalis</i>	100	9	2	1	0
<i>Lavandula spp</i>	99	5	6	1	1
<i>Albizia julibrissin</i>	125	0	0	0	0
<i>Whitania somnifera</i>	108	0	3	0	0
<i>Centella asiatica</i>	108	2	1	0	0

Fonte: Autores.

Por meio da análise da tabela acima, elaborada com base nas respostas acerca da frequência de utilização de determinadas espécies vegetais, percebe-se que, entre as principais plantas medicinais com efeitos antidepressivos e/ou ansiolíticos consumidas pelos que relataram algum uso de fitoterápicos, encontraram-se *Passiflora incarnata* (25,0% das respostas), *Valeriana officinalis* (14,1% das respostas), *Curcuma longa* e *Lavandula spp.* (ambos com 10,2% das respostas).

A partir dos dados obtidos sobre o número de estudantes que relataram o consumo de plantas medicinais para o sistema nervoso central, também foi questionado quem tinha indicado ou aconselhado esses produtos, sendo possível nessa pergunta o entrevistado assinalar mais de uma opção. O que mais chamou a atenção nos resultados para essa pergunta foi que, dos 86 participantes que relataram consumir ou já ter consumido algum tipo de planta medicinal, 76 destes (88,4%) afirmaram que começaram a utilizar por iniciativa própria, sem contar outros fatores que também incentivaram seu início. O Gráfico 2 mostra todos esses fatores, indicando a frequência das respostas quanto aos principais incentivadores para o início do consumo de fitoterápicos.

Gráfico 2 - Frequência dos principais incentivadores para o consumo de medicamentos de origem vegetal pelos acadêmicos entrevistados.



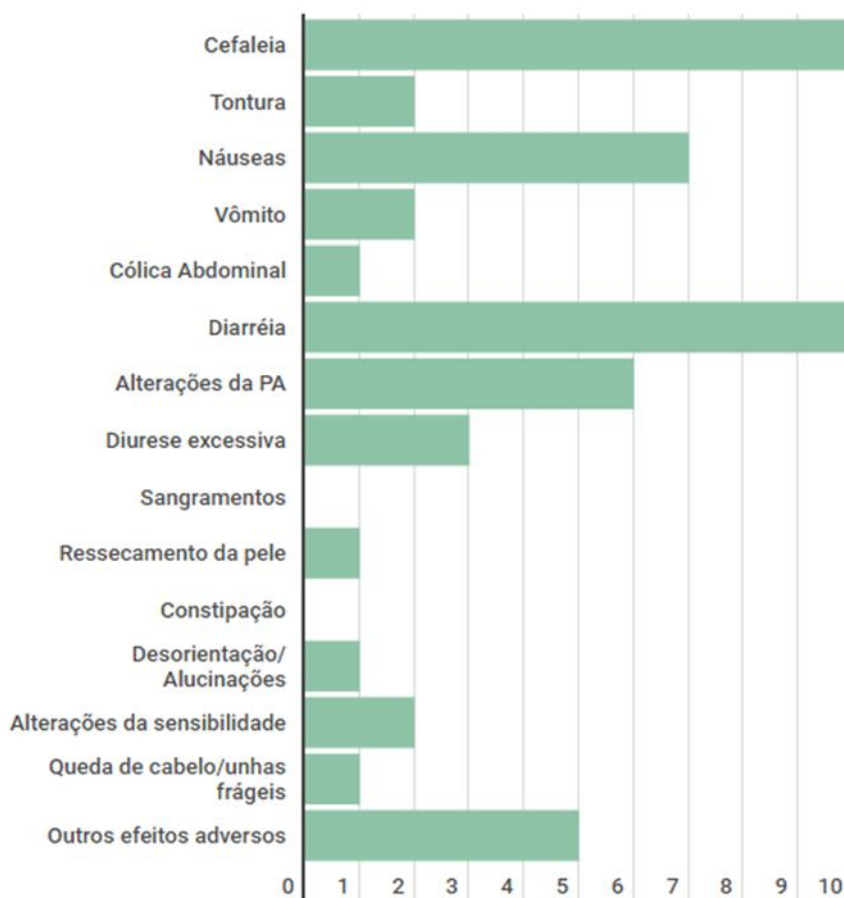
Fonte: Autores.

Sobre os principais incentivadores para a adesão aos fitoterápicos, o Gráfico 2 indica uma alta prevalência do incentivo próprio (76 respostas- frequência de 60,8% das respostas), de familiares (38 respostas- frequência de 30,4% das respostas) ou de colegas/amigos (29 respostas - frequência de 23,2% das respostas) em detrimento de uma baixa participação do apoio profissional, tendo em vista que a consulta com médicos (13 respostas- frequência de 10,4% das respostas), médicos homeopatas (4 respostas- frequência de 3,2% das respostas), nutricionistas (9 respostas- frequência de 7,2% das respostas) e farmacêuticos (3 respostas- frequência de 2,4% das respostas) foram poucos evidentes nessa amostra.

Na sequência, os participantes foram questionados se os médicos que os acompanhavam sabiam que eles consumiam as plantas assinaladas anteriormente. Nesta pergunta, apenas 29 participantes (33,7% dos casos) afirmaram que os seus médicos tinham conhecimento do consumo dessas plantas medicinais, mostrando assim que o apoio profissional não foi relevante nem na adesão nem na manutenção do consumo desses produtos. Cabe ainda ressaltar que 4 participantes (4,7% dos casos) haviam substituído por conta própria o(s) medicamento(s) prescritos pelo médico por um fitoterápico.

Tendo em vista o consumo de plantas medicinais sem o correto acompanhamento profissional na maioria dos casos, relatos de efeitos adversos ou reações desagradáveis foram registrados por 19,7% deles (17 participantes), sendo que em apenas 17,6% dos casos o médico teve conhecimento da ocorrência dessas reações. Neste contexto, os tipos de efeitos adversos são apresentados no Gráfico 3, onde é informada a frequência das respostas, ressaltando-se que era possível ao participante mencionar mais de uma reação desagradável que possa ter ocorrido.

Gráfico 3- Frequência dos principais efeitos adversos advindos do consumo de medicamentos de origem vegetal pelos acadêmicos entrevistados.



Fonte: Autores.

Através da análise do Gráfico 3, é possível observar que os principais efeitos adversos relatados pelo uso de fitoterápicos para o sistema nervoso central foram a cefaleia (10 respostas- frequência de 8,3% das respostas), diarréia (10 respostas- frequência de 8,3% das respostas) e náuseas (7 respostas- frequência de 5,8% das respostas). Ademais, foram relatados efeitos adversos mais graves como alterações na pressão arterial (6 respostas- frequência de 5% das respostas), alterações na sensibilidade (2 respostas- frequência de 1,7% das respostas) e desorientação/alucinações (1 resposta- frequência de 0,8% das respostas).

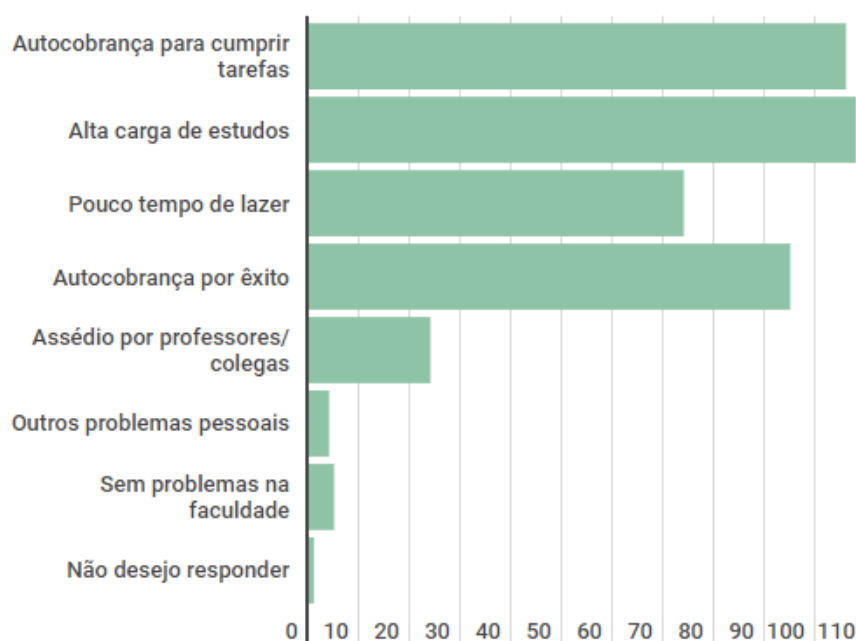
Quando perguntado sobre a ocorrência de bons resultados entre aqueles que fazem uso de plantas medicinais para o sistema nervoso central, 61,6% deles (53 casos) relataram ter algum benefício. No entanto, 50,9% dos casos (27 participantes) relataram que esse benefício ocorreu poucas vezes, 41,5% (22 participantes) relataram que esse benefício ocorreu muitas vezes e apenas 7,6% (4 participantes) relataram que o benefício sempre ocorreu.

Dos entrevistados que relatam consumo de fitoterápicos, 24,4% (21 participantes) relataram preocupações frequentes quantos aos riscos originados dos medicamentos convencionais, 44,2% (38 participantes) informaram que já se preocuparam algumas vezes, enquanto 24,4% (21 participantes) afirmaram que nunca tinham se preocupado com os riscos desses medicamentos sintéticos. Já com relação aos riscos advindos dos produtos naturais, com relação aos mesmos entrevistados consumidores de fitoterápicos, apenas 17,4% (15 participantes) relataram preocupações frequentes quanto ao risco de utilizar fitoterápicos, enquanto 40,6% (35 participantes) afirmaram que já tinham se preocupado algumas vezes. Por sua vez, 39,5%

(34 participantes) afirmaram que nunca tinham se preocupado ou raramente se preocupavam quanto aos riscos inerentes à administração dos fitoterápicos.

Por fim, foi perguntado ao entrevistado quesitos referentes problemas relacionados à faculdade, uma vez que estes podem atuar como estressores psicossociais e atuarem como incentivadores para o início de consumo de medicamentos para o sistema nervoso central, seja ele sintético ou fitoterápico. O questionamento se baseava na possibilidade do participante apresentar problemas de saúde mental relacionados à faculdade, onde mais uma vez o modelo de pergunta permitia ao participante assinalar mais de uma alternativa. O Gráfico 4 demonstra os resultados obtidos quanto a esse questionamento.

Gráfico 4- Frequência dos principais estressores psicossociais relacionados a faculdade, nos acadêmicos entrevistados.



Fonte: Autores.

Nesse Gráfico 4 pode-se notar uma gama relevante de problemas relacionados à faculdade apresentados pelos acadêmicos de Medicina participantes deste estudo, sendo eles: alta carga de estudos (108 respostas, correspondendo a 86,4%); autocobrança para cumprir tarefas (106 respostas- 84,8%) e para obter êxito em todos os compromissos acadêmicos (95 respostas - 76%); pouco tempo para lazer (74 respostas - 59,2%); e assédio moral por professores e/ou colegas (24 respostas - 19,2%). Neste sentido, dos 59 acadêmicos que relataram uso de produtos naturais para o sistema nervoso central, como antidepressivos e ansiolíticos, apenas 4 negaram possuir qualquer tipo de problema com a faculdade, o que leva à inferência de que, para a amostra deste estudo, a faculdade atuou como um importante estressor psicossocial e também contribuiu para um maior consumo de fitoterápicos do sistema nervoso central.

4. Discussão

Os resultados desta pesquisa demonstram uma semelhança com o que vem sendo descrito na literatura brasileira, uma vez que foi observado uma prevalência do uso de fitoterápicos com efeito antidepressivo e ansiolítico em mulheres. Tal fato pode ser explicado pela maior incidência de transtornos de ansiedade e depressivos em estudantes de medicina do sexo feminino, como é indicado pelo trabalho de Souza e Menezes (2005).

Tempski et al. (2012) corrobora com os achados na presente pesquisa, no que tange aos estressores psicossociais em estudantes de medicina, que se relacionam com a instituição de ensino. Esses autores indicam que a redução na qualidade de vida dos universitários, incluindo competições entre colegas, corpo docente despreparado, além do excesso de atividades e obrigações estudantis que demandam, em muitos casos, dedicação exclusiva, são os principais estressores psicossociais que contribuem para elevação nos níveis de transtornos depressivos e de ansiedade. Wolf et al., (1991) e Firth (1986), também guardam semelhanças com os resultados descritos, pois chamam a atenção para a falta de tempo livre e para as dificuldades de relacionamento com professores e colegas como importantes estressores psicossociais, assim como desencadeantes para o consumo de fitoterápicos.

Em um estudo britânico feito por Andrews e Wilding (2004), os principais fatores que elevaram os níveis de ansiedade e transtorno depressivo em estudantes na área da saúde foram, por ordem de frequência, dificuldades de relacionamento e/ou assédio moral (29%); contato frequente com a morte e doenças de pacientes (28%) e dificuldades financeiras para se manter no curso (21%). Shao et al. (2020) vai ao encontro do estudo anterior, informando que dificuldade financeira dos estudantes é uma grande influenciadora para problemas de saúde mental, assim como o estresse induzido pela alta carga de estudos e a consequente baixa qualidade de sono. Desta forma, percebe-se que os tipos de estressores psicossociais mais prevalentes nos estudantes de medicina podem variar de acordo com a estrutura educacional de cada país, assim como pelos seus fatores socioeconômicos e culturais, embora grande parte dos motivadores em universitários no curso de medicina estejam mais relacionados com a faculdade em si do que com qualquer outro problema fora da instituição de ensino.

Percebeu-se que os maiores incentivadores para a utilização de fitoterápicos foram a iniciativa própria e o incentivo por familiares e amigos, em detrimento da baixa participação de profissionais da saúde nessa escolha. Além disso, o presente trabalho demonstrou uma taxa significativa de não preocupação quanto aos riscos advindos dos fitoterápicos, todavia, Touiti et al., (2020) demonstraram resultados superiores: 52% dos entrevistados disseram que não pensavam no risco de toxicidade de fitoterápicos, uma vez que acreditavam que não seriam tão eficazes quanto os medicamentos tradicionais. Por sua vez, essa descrença quanto à eficácia dos fitoterápicos também se manteve, onde 88,8% dos estudantes de medicina dessa pesquisa não acreditavam que os produtos naturais à base de plantas medicinais fossem mais eficazes que os medicamentos convencionais, podendo estar relacionada com uma maior utilização dos fitoterápicos de uma forma indiscriminada, no que se refere a automedicação ou a recomendação por pessoas próximas.

et al., (2021) demonstram em seu estudo feito com estudantes universitários do Egito, que os principais motivos para a prática de automedicação foram a simplicidade dos sintomas e também o medo em se consultar com o médico. Além disso, os mesmos autores informam que o fato do estudante ser do curso de medicina foi um importante preditor para o consumo de plantas medicinais. Sawalha et al., (2008) acrescenta a informação de que, em universitários da Palestina, além dos sintomas simples, o intuito de economizar e a falta de assistência médica nos locais de suas respectivas residências foram importantes fatores de motivação para a automedicação com plantas medicinais. Por fim, Feldman e Laura (2004) indicam que a crença em poucos efeitos adversos advindos de produtos naturais foi um importante preditor para a automedicação em universitários australianos, sendo esta crença também evidenciada na amostra analisada.

Por sua vez, Jang *et al.* (2017) encontraram resultados contrários, uma vez que, em seu estudo sul-coreano, a maior parte dos entrevistados (63,6%) adquiriam produtos naturais e/ou plantas medicinais a partir de hospitais e clínicas, ou seja, a partir de um aconselhamento profissional adequado. Dessa forma, a administração dos produtos naturais tinha o aval dos profissionais da saúde, tornando a notificação quanto a efeitos adversos das medicações bem mais eficaz, diferentemente da presente pesquisa, em que a maioria dos respectivos médicos dos entrevistados não tinha qualquer conhecimento dos efeitos adversos dos fitoterápicos administrados, assim como do uso da planta medicinal. Já em um estudo feito por Welz et al., (2019)

demonstraram que um importante fator para o consumo de plantas medicinais derivou da tradição familiar e da importância cultural da Alemanha. Assim sendo, as diferenças existentes entre cada país para os índices de consumo dependem de fatores culturais e regulatórios de cada país, assim como pelo nível de inserção e conhecimento da fitoterapia no meio médico.

As espécies de plantas medicinais para o sistema nervoso central mais relatadas nessa pesquisa foram a *Passiflora incarnata*, *Valeriana officinalis*, *Curcuma longa* e *Lavandula* spp. No entanto, em um estudo argentino realizado por Consolini e Ragone (2010), as plantas medicinais com atuação no sistema nervoso central mais relacionadas com automedicação foram a Camomila (*Matricaria recutita* L.), *Tilia cordata*, *Valeriana officinalis*, *Ginkgo biloba* e o *Panax ginseng*, sendo os dois últimos também relatados nos estudantes de medicina entrevistados, embora com uma menor frequência de consumo relatado.

Os efeitos adversos relatados também demonstraram semelhança com a literatura, tanto em relação aos tipos, quanto à significativa taxa de incidência: Awad e Al-Shaye (2014) mostraram em seu estudo que cerca de 18% de um total de 1300 participantes que consumiam fitoterápicos sofreram com efeitos adversos, onde os principais resultados encontrados foram uma grande incidência de náuseas, vômitos e diarreia decorrentes do uso de fitoterápicos, seja por causa do uso indiscriminado ou não. Consolini e Ragone (2010) também relatam alguns efeitos adversos, a exemplo de insônia, sonolência, cefaleia e hipotensão relacionados a *Valeriana officinalis*, alucinações causadas pelo *Ginkgo biloba*, e a hipotensão relacionada ao *Panax ginseng*, sendo esses efeitos adversos também relatados na presente pesquisa.

5. Conclusão

A partir dos resultados apresentados, percebe-se um importante consumo de fitoterápicos para o sistema nervoso central nos alunos de medicina da faculdade pesquisada, sendo que os problemas na faculdade, como a alta carga de estudos, sentir-se pressionado a cumprir com todas as obrigações estudantis e assédio moral por professores e/ou colegas mostraram-se como importantes estressores psicossociais e também como incentivadores para o uso desse tipo de medicamento com efeitos antidepressivos e ansiolíticos.

Ademais, ficaram evidentes algumas práticas inadequadas com relação aos fitoterápicos, a exemplo da utilização destes produtos sem o devido aconselhamento profissional, automedicação, troca de receituário médico por fitoterápicos, assim como a baixa notificação médica quanto a efeitos adversos decorrentes do uso indiscriminado destes medicamentos.

Deste modo, ações de farmacovigilância são essenciais para a conscientização da população a respeito dos fitoterápicos e para combater a ideia de que os produtos naturais são isentos de risco, assim como para exercer um papel mais rígido quanto à fiscalização da venda desses produtos. Como sugestão de pesquisas futuras, é imprescindível o estudo sobre a persistência dessas práticas inadequadas em acadêmicos de outras faculdades, assim como em universitários de outras áreas do conhecimento. Por fim, diante das diversas problemáticas que permeiam a vida do universitário, torna-se ímpar a investigação da correlação entre a rotina universitária aliada ao uso das substâncias aqui estudadas e o impacto na saúde dessa população, no que tange aos distúrbios do sono e problemas de saúde mental.

Referências

- Abbas, G., Naqvi, S., Erum, S., Ahmed, S., Rahman, A. & Dar, A. (2013). Potential antidepressant activity of Areca catechu nut via elevation of serotonin and noradrenaline in the hippocampus of rats. *Phytotherapy Research*, 27(1), 39–45.
- Aaker, D. A., Kumar, V., & Day, G. S (2007). Pesquisa de marketing. *Atlas*, 2.
- Andrews, B. & Wilding, J. M. (2004). The relation of depression and anxiety to life-stress and achievement in students. *British Journal of Psychology*, 95(4), 509-521.
- Awad, A. & Al-Shaye, D. (2014). Public awareness, patterns of use and attitudes toward natural health products in Kuwait: a cross-sectional survey. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 14(105), n.p.

- Çelik, N., Ceylan, B., Ünsal, A. & Çağan Ö. (2019). Depression in health college students: relationship factors and sleep quality. *Psychology, Health & Medicine*, 24(5), 625-630.
- Consolini, A. E. & Ragone, M. I. (2010). Patterns of Self-Medication with Medicinal Plants and Related Adverse Events - A South American Survey. *Current Drug Safety*, 5, 333-341.
- Eisenberg, D., Gollust, S.E., Golberstein, E. & Hefner, J.L. (2007). Prevalence and Correlates of Depression, Anxiety, and Suicidality Among University Students. *American Journal of Orthopsychiatry*, 77(4), 534-542.
- Fajemiroye, J.O., da Silva, D.M., de Oliveira, D.R. & Costa E.A. (2016). Treatment of anxiety and depression: medicinal plants in retrospect. *Fundamental & Clinical Pharmacology*, 30(3), 198-215.
- Feldman, R. H & Laura, R. (2004). Alternative Medicine Practices Among Australian University Students. *Complementary Health Practice Review*, 9(3), 173-179.
- Firth, J. (1986). Levels and sources of stress in medical students. *British Medical Journal*, 292, 1177-1180.
- Fond, G., Bourbon, A., Boucekine, M., Messiaen, M., Barrow, V., Auquier, P. ... & Boyer, L. First-year French medical students consume antidepressants and anxiolytics while second-years consume non-medical drugs. *Journal of Affective Disorders*, 265(1), 71-76.
- Gaultney, J. F. (2010). The prevalence of sleep disorders in college students: Impact on academic performance. *Journal of American College Health*, 59(2), 91-97.
- Gonçalves, D. I. F. (2008). Pesquisas de marketing pela internet: As percepções sob a ótica dos entrevistados. *Revista de Administração Mackenzie*, 9, 7.
- Jang, S., Kim, K.H., Sun, S.H., Go, H.Y., Lee, E.K., Jang, B.H. ... & Ko, S.G. (2017). Characteristics of Herbal Medicine Users and Adverse Events Experienced in South Korea: A Survey Study. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*.
- Khairy, W.A., Nasser, H.A., Sarhan, M.D., El Shamy, A.A. & Galal, Y.S. (2021). Prevalence and Predictors of Self-Medication with Antifungal Drugs and Herbal Products Among University Students: A Cross-Sectional Study from Egypt. *Risk Management and Healthcare Policy*, 14, 2191-2200.
- Kim, J., Kim, S.Y., Lee, S. & Jang, C. (2007). Antidepressant like effects of Albizzia julibrissin in mice: involvement of the 5-HT1A receptor system. *Pharmacology Biochemistry and Behavior*, 87, 41-47.
- Lancet. (2022). Ensuring care for people with depression. *Lancet*, 399(10328), Editorial.
- Lun, K. W., Chan, C.K., Ip, P.K., Ma, S.Y., Tsai, W.W., Wong, C.S. ... & Yan, D. (2018). Depression and anxiety among university students in Hong Kong. *Hong Kong Medical Journal*, 24(1), 466-472.
- Lund, H. G., Reider, B.D., Whiting, A.B., & Prichard, J.R. (2010). Sleep patterns and predictors of disturbed sleep in a large population of college students. *Journal Adolescent Health*, 46(2), 124-132.
- Machado, D. G., Kaster, M. P., Binfaré, R. W., Dias, M., Santos, A.R.S, Pizzolatti, M. G. ... & Rodrigues, A.L.S. (2017). Antidepressant-like effect of the extract from leaves of *Schinus molle* L. in mice: evidence for the involvement of the monoaminergic system. *Progress in neuro-psychopharmacology & biological psychiatry*, 31, 421-428.
- Nardoff, M.R., Nazem, S., & Fiske, A. (2011) Insomnia symptoms, nightmares, and suicidal ideation in a college student sample. *SLEEP*. 34(1), 93-98.
- Organização Panamericana Da Saúde - OPAS. *Depressão*. <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>.
- Ribeiro, A.G, da Cruz, L.P., Marchi, K. C., Tirapelli, C.R., & Miaso, A. I. (2014). Antidepressivos: uso, adesão e conhecimento entre estudantes de medicina. *Ciência e Saúde Coletiva*, 19(6), 1825-1833
- Sarris, J., Panossian, A., Schweitzer, I., Stough, C., & Scholey, A. (2011). Herbal medicine for depression, anxiety and insomnia: A review of psychopharmacology and clinical evidence. *European Neuropsychopharmacology*, 21(1), 841-860.
- Sawalha, A.F., Sweileh, W.M., Zyoud, S.H., & Jabi, S.W. (2008) Self-therapy practices among university students in Palestine: Focus on herbal remedies. *Complementary Therapies in Medicine*, 16(1), 343-349.
- Shao, R., He, P., Ling, B., Tan, L., Xu, L., Hou, Y. & Yang, Y. (2020). Prevalence of depression and anxiety and correlations between depression, anxiety, family functioning, social support and coping styles among Chinese medical students. *BMC Psychology*. 8(38).
- Souza, F. G. M., & Menezes, M. G. C. (2005) Estresse nos estudantes de medicina da Universidade Federal do Ceará. *Revista Brasileira Educação Médica*, 29(2), 91-96.
- Taylor, D.J., Gardner, C.E., Bramoweth, A.D., Williams, J.M., Roane, B.M., Grieser, E.A. ... & Tatum, J.I. (2011) Insomnia and mental health in college students. *Behavioral Sleep Medicine*, 9(2), 107-116.
- Tempiski, P., Bellodi, P.L., Paro, H.B., Enns, S.C., Martins, M.A., & Schraiber, L.B. (2012). What do medical students think about their quality of life? A qualitative study. *BMC Medical Education*, 12(106).
- Touiti, N., Houssaini, T.S., Iken, I., Benslimane, A. & Achour, S. (2020). Prevalence of herbal medicine use among patients with kidney disease: A cross-sectional study from Morocco. *Néphrologie & Thérapeutique*, 16(1), 43-49.
- Welz, A. N, Emberger-Klein, A & Menrad, K. (2019). What motivates new, established and longterm users of herbal medicine: is there more than push and pull?. *BMC Complementary and Alternative Medicine*, 19, 170.

Wolf, T.M., Randall, H.M., Von Almen, K., & Tynes, L.L. (1991). Perceived mistreatment and attitude change by graduating medical students: a retrospective study. *Medical Education*, 25, 182-190.

World Health Organization (WHO). (2017). Depression and other common mental disorders: global health estimates. Geneva: WHO. <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>.

Zhai, L., Zhang, Y., & Zhang, D. (2015). Sedentary behaviour and the risk of depression: a meta-analysis. *British Journal Sports Medicine*. 49(11), 705-709.