

ANÁLISE DO USO RACIONAL DA PLANTA MEDICINAL VALERIANA OFFICINALIS: UMA REVISÃO DE BIBLIOGRÁFICA

II Congresso Online Farmacêutico de Prescrição e Estética, 2ª edição, de 10/05/2021 a 14/05/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-06-7

VALDISSERA; Lavínia Maria Nicioli Valdissera ¹, RIBEIRO; Juliana Carvalho ²

RESUMO

Introdução: Desde os tempos da Grécia antiga, a valeriana (*Valeriana officinalis*) é usada como planta medicinal no tratamento da insônia. Em função deste uso popular é importante que se tenha dados concretos de eficácia e segurança, visando seu uso racional. **Objetivo:** relacionar as principais atividades farmacológicas, posologias, reações adversas e interações medicamentosas da valeriana, analisando sua eficácia e segurança. **Método:** Realizou-se uma análise bibliográfica criteriosa, com auxílio de internet, buscando as palavras chave em artigos científicos, livros e revistas científicas, disponíveis em bases de dados do Scielo, Biblioteca Virtual de Saúde e Google Acadêmico, conhecidas por abordagens de pesquisas baseadas em evidências científicas. Analisou-se um total de trinta e três publicações. As informações encontradas na literatura consultada, foram comparadas com informações contidas no Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira (2011), atualizado no seu primeiro suplemento em 2018, e também usando o Memento Fitoterápico (2016), literatura oficial elaborada e atualizada periodicamente pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). As informações foram tabuladas, analisadas e discutidas na forma de artigo científico. **Resultados:** A principal ação farmacológica da valeriana é o tratamento da insônia, justificada pela presença de valepotriatos e do ácido valênico. As informações obtidas em diferentes publicações foram muito parecidas, todas relataram a indicação segura de medicamentos fitoterápicos contendo valeriana no tratamento de distúrbios do sono. **Conclusão:** Este trabalho contribui para o uso racional da valeriana como planta medicinal e como medicamento fitoterápico, porém, conclui-se que outros estudos são necessários para a comprovação da seguridade do seu uso a longo prazo.

PALAVRAS-CHAVE: valeriana, Valeriana Officinalis, insônia

¹ Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino - UNIFAE, São João da Boa Vista, SP, lavinia1452@hotmail.com

² Centro Universitário das Faculdades Associadas de Ensino - UNIFAE, São João da Boa Vista, SP, rbrjuliana@yahoo.com.br