



CATÓLICA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
ESCOLA DE ENFERMAGEM

LISBOA-PORTO



IX JORNADAS NACIONAIS DE ENFERMAGEM DA CATÓLICA
VII JORNADAS INTERNACIONAIS DE ENFERMAGEM DA CATÓLICA

JULHO DE 2020

EBOOK

**IX JORNADAS NACIONAIS DE
ENFERMAGEM DA CATÓLICA**

**VII JORNADAS INTERNACIONAIS
DE ENFERMAGEM DA CATÓLICA**

A ENFERMAGEM COMO PROTAGONISTA DO FUTURO

**Patrícia Pontífice Sousa
Cristina Marques-Vieira
Sérgio Deodato**

1ª edição

IX JORNADAS NACIONAIS DE ENFERMAGEM DA CATÓLICA

VII JORNADAS INTERNACIONAIS DE ENFERMAGEM DA CATÓLICA

ISBN: 978-989-54793-1-3

Comissão Organizadora:

Adalberto Teca
Alexandra Cardoso
Ana Mafalda Freitas
Ana Rita Vieira
Beatriz Maria
Beatriz Ribeiro
Carlota Neves
Carolina Pereira
Catarina Duran
Catarina Lopes
Catarina Marcos
Catarina Nilo Fonseca
Catarina Sousa
Cristina Marques - Vieira
Cristiana Arsénio
Cristiana Bernardo
Daniela Francisco
Francisca Horta e Costa
Gesiel Lima
Helena Silva
Inês Cerejeiro
Inês Ramada
Inês Silva
Isabel Almeida
Joana Silva
Leonor Libano Monteiro
Leonor Morais Sarmento
Liliana Santos
Madalena Rocha

Mafalda Ambrósio
Mafalda Ribeiro
Manuela Gomes
Margarida Fragoso
Margarida Lourenço
Margarida Perdigão
Margarida Pérez
Maria do Carmo Pires
Mariana Almeida
Mariana Henriques
Mariana Lafaia de Castro
Mariana Mascarenhas
Mariana Moreira
Maura Fernandes
Milana Dovzhenko
Mónica Chumbo
Mónica Silva
Patrícia Pontífice Sousa
Rita Brito
Rita Mateia
Ruben Bernardo
Sara Oriana
Sara Salvado
Sara Sofia Silva
Sofia Perdiz
Teresa Ribeiro Teles
Vera Pinto Basto
Vitória Gandra
Vivien Honolka
Yanna Crispiriano

Comissão Científica:

Prof. Doutora Patrícia Pontífice Sousa
Prof. Doutora Cristina Marques Vieira
Prof. Doutor Sérgio Deodato
Prof. Doutora Zaida Charepe
Prof. Doutora Sílvia Caldeira

Equipa Editorial:

Adalberto Teca
Ana Mafalda Freitas
Carlota Neves
Catarina Nilo Fonseca
Catarina Sousa
Francisca Horta e Costa
Mariana Lafaia de Castro

Gesiel Lima
Inês Ramada
Isabel Almeida
Joana Silva
Margarida Perdigão
Margarida Perez
Mariana Lafaia de Castro

Mariana Mascarenhas
Maura Fernandes
Mónica Chumbo
Rúben Bernardo
Sara Oriana
Vera Pinto Basto
Yanna Silva

Título do Poster: "Eficácia da Fitoterapia na redução dos sintomas de Depressão na Pessoa adulta e idosa: Revisão Sistemática da Literatura"

Autores: CARDOSO, A.1, CHUMBO, M.1, FRANCISCO, D.1, FREITAS, A.1, GANDRA, V.1, GOMES, M.1, SILVA, H.1, TEIXEIRA, B.1, MARQUES-VIEIRA, C.2

¹Estudantes do 4º ano do Curso de Licenciatura em Enfermagem (Lisboa), Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Católica Portuguesa (helenaraquel4@gmail.com/926850982)

²Professora da Escola de Enfermagem (Lisboa), Instituto de Ciências da Saúde, Universidade Católica Portuguesa. Investigadora Integrada no CIIS

Introdução: A fitoterapia baseia-se na utilização de terapêutica decorrente de propriedades de espécies vegetais numa perspetiva de uso medicinal complementar aos métodos tradicionais e sintéticos. Esta terapia é pouco divulgada, uma vez que os seus mecanismos de ação são pouco conhecidos¹. A depressão é um transtorno do foro mental e psiquiátrico que afeta mais de 300 milhões de pessoas a nível mundial, influenciando o seu comportamento e pensamento².

A sua terapêutica convencional possui efeitos adversos significativos, de salientar a síndrome de abstinência². A questão de partida do estudo é "Qual a eficácia da Fitoterapia na redução dos sintomas de depressão na pessoa adulta e idosa?".

Objetivo: Identificar estudos científicos que demonstrem se a fitoterapia é uma terapia complementar eficaz no controlo da depressão na pessoa adulta e idosa

Método: Realizou-se uma Revisão Sistemática da Literatura de Evidência de Eficácia³. Os critérios de elegibilidade foram artigos disponíveis com texto integral, com idioma português e inglês, publicados entre os anos de janeiro 2008 a fevereiro de 2020, todos os tipos de estudos científicos e disponíveis nas bases de dados B-On

EBSCO Host e Cochrane Library. Estratégia de pesquisa: Depression AND Phytotherapy AND Phytotherapeutic Drugs AND (Adult OR Old people) AND Treatment AND Nurs*. A pesquisa bibliográfica decorreu no mês de março de 2020. Os dados obtidos foram extraídos por 3 investigadores independentes, devidamente treinados, de acordo com o objetivo e a questão da revisão. Recorreu-se ao PRISMA⁴ para identificar, extrair e analisar os dados. A validação dos artigos foi realizada por 3 investigadores independentes, que confrontaram os resultados a cada etapa do processo. No caso de discordância, o artigo passava para a etapa seguinte.

Resultados: Obteve-se uma amostra final de 5 artigos, originários de Portugal (n=1)², Brasil (n=3)^{1;5;6} e Alemanha (n=1)⁷. A amostra inclui Revisões Sistemáticas da Literatura (n=3)^{5;6;7}, Estudos Observacionais Analíticos (n=1)¹ e Relatório de Estágio (n=1)². Os anos de publicação dos artigos são 2008 (n=1)⁷, 2015 (n=1)⁶ e 2019 (n=3)^{1;2;5}. A fitoterapia diminui os sintomas de depressão major e leve a moderada, sobretudo

o Açafreão² e a Erva-de-São-João⁷ comparando com a utilização de antidepressivos comercializados, assim como reduz a ocorrência de efeitos adversos⁵. Esta terapia oferece outros benefícios como efeitos antioxidantes, anticancerígenos, antifúngicos e antibacterianos¹.

A Erva-de-São-João apresenta maior eficácia e segurança terapêutica comparativamente aos Inibidores Seletivos de Recaptação da Serotonina, um dos antidepressivos mais utilizados⁵. Atualmente, a Valeriana é um dos fitoterápicos mais utilizados no Brasil, com grande eficácia no tratamento da depressão, qualidade e segurança terapêutica⁶.

Conclusão: A eficácia que a fitoterapia apresenta no controlo da depressão, através da diminuição dos sintomas é evidente. Fornece-nos apoio na prestação de cuidados de enfermagem à pessoa adulta e idosa com depressão, na medida do desenvolvimento de novos conhecimentos sobre a fitoterapia como terapia complementar e como recurso da comunidade. Os estudos portugueses divulgados são escassos, pelo que recomenda-se o estudo da fitoterapia como intervenção de enfermagem no controlo da depressão em pessoa adulta e idosa em Portugal.

Descritores: Depressão; Fitoterapia; Adulto/Idoso; Enfermagem; Revisão da Literatura.

Referências Bibliográficas:

- 1-Carmo, G., Ortegá, G., Santana, I., Xavier, I., Silva, N., Pereira, Y., & Bernardes, C. (2019). Fitoterapia como coadjuvante no tratamento dos distúrbios de depressão, ansiedade e stress. *Revista Educação em Saúde*. 7(2), 12-16.
- 2-Dias, A. (2019). Fitoterapia do Sistema Nervoso Central: O uso do *Crocus sativus* L. no tratamento da depressão. (Dissertação de Tese de Mestrado). Universidade de Coimbra, Portugal.
- 3- Apóstolo, J. (2017). Síntese da evidência no contexto da translação da ciência. (1ªed.). Coimbra, Portugal: Escola Superior de Enfermagem de Coimbra.
- 4- Mother, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. The PRISMA group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med*. 6(7): e1000097. doi:10.1371/journal.pmed1000097.
- 5- Borges, N., Salvi, J., & Silva, F. (2019) Características Farmacológicas dos Fitoterápicos *Hypericum perforatum* Lineaus E *Piper methysticum* Georg Forst no Tratamento de Transtornos Depressivos e Ansiedade. *Brazilian Journal of Surgery and Clinixal Research – BJSCR*. 27(3), 81-87.
- 6- Montezolli, A., & Lopes, G. (2015). Phytotherapics Use In Mood Disorders: Myth or Reality? *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research – BJSCR*. 12(2), 38-44.
- 7- Kriston, L., Berner, M., & Linde, K. (2008). St John's Wort for Major Depression (Review). *Cochrane Date of Systematic Reviews*. Vol. 4, nº CD 000448.