

Valeriana officinalis L.**IDENTIFICAÇÃO****Família**Caprifoliaceae.⁽¹⁾**Nomenclatura popular**Valeriana.⁽²⁾**Parte utilizada/órgão vegetal**Raízes.⁽²⁾**INDICAÇÕES TERAPÊUTICAS**

Usado como sedativo moderado, hipnótico e no tratamento de distúrbios do sono associados à ansiedade.⁽²⁾

CONTRAINDICAÇÕES

Contraindicado para menores de 12 anos, grávidas, lactantes e pacientes com histórico de hipersensibilidade e alergia a qualquer um dos componentes do fitoterápico.^(4,18)

PRECAUÇÕES DE USO

Esse fitoterápico pode causar sonolência, não sendo, portanto, recomendável a sua administração antes de dirigir, operar máquinas ou realizar qualquer atividade de risco que necessite atenção.^(4,5)

EFEITOS ADVERSOS

Os efeitos adversos relatados pelos voluntários participantes dos ensaios clínicos e tratados com os diferentes extratos secos padronizados de *V. officinalis* foram raros, leves e similares àqueles apresentados pelos grupos tratados com o placebo.^(6,7) Tais efeitos adversos incluem tontura, desconforto gastrointestinal, alergias de contato, cefaleia e midríase.⁽⁸⁻¹²⁾ Com o uso em longo prazo, os seguintes sintomas podem ocorrer: cefaleia, cansaço, insônia, midríase e distúrbios cardíacos.⁽³⁾ O uso de altas doses de *V. officinalis* por muitos anos aumentou a possibilidade de ocorrência de síndrome de abstinência com a retirada abrupta do fitoterápico.⁽⁵⁾

INTERAÇÕES MEDICAMENTOSAS

Esse fitoterápico pode potencializar o efeito de outros depressores do SNC. Em estudos em animais verificou-se que *V. officinalis* possui efeito aditivo

quando utilizada em combinação com barbitúricos, anestésicos ou benzodiazepínicos e outros fármacos depressores do SNC.^(3,13) O extrato aquoso aumentou o tempo de sono com o tiopental (via oral em camundongo) e o extrato etanólico prolongou a anestesia promovida por tiopental (em camundongo) devido a sua afinidade aos receptores barbitúricos, e o extrato de *V. officinalis* e valepotriatos com receptores GABA e benzodiazepínicos (*in vitro*) e à diminuição dos efeitos causados pela retirada do diazepam por uma dose suficientemente grande de valepotriatos (em ratos), extratos de *V. officinalis* contendo valepotriatos, podendo auxiliar na síndrome de abstinência pela retirada do uso do diazepam.⁽¹⁴⁾ Evitar o uso de *V. officinalis* com a ingestão de bebidas alcoólicas pela possível exacerbação dos efeitos sedativos.⁽¹⁵⁾

Interações clínicas relevantes com drogas metabolizadas por CYP 2D6, CYP 3A4/5, CYP 1A2 ou CYP 2E1 não foram observadas.⁽¹⁸⁾

FORMAS FARMACÊUTICAS

Cápsulas ou comprimidos contendo a droga vegetal (raízes secas) ou extratos (hidroetanólico 40-70% (v/v); extratos aquosos) e tintura. Armazenar em frascos hermeticamente fechados, ao abrigo da luz e em local sob controle de temperatura.⁽²⁾

VIAS DE ADMINISTRAÇÃO E POSOLOGIA (DOSE E INTERVALO)

Oral. Pode ser utilizado para maiores de 12 anos, adultos e idosos.

Se for prescrito o extrato hidroetanólico acima descrito: o equivalente a duas a três gramas.

Droga vegetal: de 0,3 a 1 g da droga vegetal para usar o pó em cápsula.

Como droga vegetal para preparação do decocto: 1 a 3 g.

Extrato aquoso: 1 a 3 g.

Tinturas (1:5, etanol 70%) 1 a 3 mL.

Alcoolatura: de 2 a 5 mL.⁽¹⁹⁾

Extrato seco: de 45 a 125 mg de dose diária.⁽¹⁹⁾

Posologia - como sedativo leve: 1 a 3 vezes ao dia. Para distúrbios do sono: dose única antes de dormir mais uma dose no início da noite caso seja necessário. Dose máxima diária: 4 vezes ao dia.^(2,18)

TEMPO DE UTILIZAÇÃO

Para alcançar um efeito ótimo de tratamento, o uso continuado é recomendado durante 2-4 semanas,

não sendo indicado o tratamento agudo. Se os sintomas persistirem ou se agravar após 2 semanas de uso contínuo, o médico deve ser consultado.⁽¹⁸⁾

SUPERDOSAGEM

Em casos de superdosagem (doses de raiz superiores a 20 g) podem ocorrer sintomas adversos leves como fadiga, câimbras abdominais, tensionamento do tórax, tontura, tremores e midríase que desapareceram no período de 24 horas após descontinuação do uso.⁽⁴⁾ Altas doses de *V. officinalis* podem causar bradicardias, arritmias e redução do peristaltismo intestinal.⁽¹⁸⁾

PRESCRIÇÃO

Fitoterápico, somente sob prescrição médica.

PRINCIPAIS CLASSES QUÍMICAS

Monoterpenos, sesquiterpenos, epóxi-iridóides e valepotriatos.⁽²⁾

INFORMAÇÕES SOBRE SEGURANÇA E EFICÁCIA

Ensaio não-clínicos

Farmacológicos

Em experimentos em animais, foram observadas: Ação depressora central, sedativa, ansiolítica, espasmolítica e relaxante muscular. Os ácidos valerênicos *in vitro* diminuíram a degradação do ácido gama aminobutírico (GABA). Em experimentos em animais houve aumento do GABA na fenda sináptica via inibição da recaptção e aumento da secreção do neurotransmissor, podendo ser esse um dos efeitos que causam a atividade sedativa. Outro mecanismo que pode contribuir para essa atividade é a presença de altos níveis de glutamina no extrato, que tem a capacidade de cruzar a barreira hematoencefálica, sendo captada pelo terminal nervoso e convertida em GABA.^(16,17)

Toxicológicos

Extratos etanólicos de raízes de *Valeriana officinalis* causaram baixa toxicidade em roedores durante os testes agudos e de toxicidade de dose repetida ao longo do período de 4-8 semanas.⁽¹⁸⁾

Ensaio clínicos

Farmacológicos

Em estudo randomizado, controlado por placebo, os pacientes receberam 600 mg de extrato da raiz de *V. officinalis* padronizado em 0,4 a 0,6% de ácido valerênico (n = 61) ou placebo (n = 60) uma hora antes de dormir por 28 noites consecutivas. Dos pacientes que utilizaram a *V. officinalis* 66% apresentaram efeito terapêutico bom ou muito bom ao final do tratamento, comparado a 29% igualmente positivos do placebo.⁽³⁾

Toxicológicos

Vários estudos com extratos de valeriana foram realizados para avaliar a possível influência sobre a vigília. De acordo com esses estudos, altas doses do extrato da raiz de valeriana podem causar sedação leve depois das primeiras horas da administração, mas, diferentemente dos benzodiazepínicos, não reduz a vigília no dia seguinte.⁽¹⁸⁾

Não foram encontrados dados descritos na literatura de resultados hematológicos ou bioquímicos.

REFERÊNCIAS

- (1) **TROPICOS**. Disponível em: <<http://www.tropicos.org/NameSearch.aspx?name=Valeriana+officinalis&commonname=>>>. Acessado em: 06maio 2016.
- (2) WORLD HEALTH ORGANIZATION. **WHO monographs on selected medicinal plants**. Geneva, Switzerland: World Health Organization, v. 1, p. 267-276, 1999.
- (3) PDR. *Valeriana officinalis* L. **Physicians Desk Reference For Herbal Medicines**. 2nd ed. Medical Economics, 2000.
- (4) ESCOP, European Scientific Cooperative on Phytotherapy. **Monographs** on the medicinal uses of plant drugs. Fascículo 4. 1997.
- (5) BLUMENTHAL, M. **American Botanical Council – ABC Clinical Guide**. Austin: American Botanical Council. p. 351-364, 2003.
- (6) O'NARA, M.; KIEFER, D.; FARREL, K.; KEMPER, K. A review of 12 commonly used medicinal herbs. **Archives of Family Medicine**, v. 7, p. 523-36, 1998.
- (7) STEVINSON, C.; ERNST, E. Valerian for insomnia: a systematic review of randomized clinical trials. **Sleep Medicine**, v. 1, p.91-99, 2000.
- (8) LEATHWOOD, P.D.; CHAUFFARD, F.; HECK, E.; MUNOZ-BOX, R. Aqueous extract of valerian root (*Valeriana officinalis* L.) improves sleep quality in man. **Pharmacology, Biochemistry, and Behavior**, v. 17, p.65-71, 1982.
- (9) KAMM-KOHL, A. V.; JANSEN, W.; BROCKMANN, P. Moderne baldriabtherapie gegen nervosa Storungen im Selium. **Die Medizinische Welt**, v. 35, p. 1450-1454, 1984.
- (10) LEATHWOOD, P. D.; CHAUFFARD, F. Aqueous extract of valerian reduces latency to fall asleep in man. **Planta Médica**, v. 51, p.144-148, 1985.
- (11) VORBACH, E. U.; GORTELMEYER, R.; BRUNING, J. Therapie von insomnien: wirksamkeit und verträglichkeit eines baldrianpräparats. **Psychopharmakotherapie**, v. 3, p. 109-115, 1996
- (12) DONATH, F.; QUISPE, S.; DIEFENBACH, K.; MAURER, A.; FIETZE, I.; ROOTS, I. Critical evaluation of the effect of valerian extract on leep structure and sleep quality. **Pharmacopsychiatry**, v. 33, p. 47-53, 2000.
- (13) ALEXANDRE, R F. Fitoterapia baseada em evidências: exemplos dos medicamentos fitoterápicos mais vendidos em Santa Catarina. 2004. Dissertação (mestrado) - Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde. Programa de Pós-Graduação em Farmácia, 2004.
- (14) BRINKER, N. D. **Herb contraindications and drug interaction**. 2nd ed. Oregon: Eclectic Medical Publications, 1998.
- (15) MICROMEDEX. **DRUG-REAX® Interactive Drug Interactions: Valerian**. Disponível em: <<http://cdrompro.com.br/micromedex/trial.html>>. Acesso em: 23 fev. 2015
- (16) SANTOS, M. S. *et al.* Synaptosomal GABA release as influenced by valerian root extract, involvement of the GABA carrier. **Archives of international pharmacodynamics**, v. 327, p. 220-231, 1994.
- (17) SANTOS, M. S. *et al.* An aqueous extract of valerian influences the transport of GABA insynaptosomes. **Planta Medica**, v. 60, p. 278-279, 1994.
- (18) EMA. European Medicines Agency. **Community on Herbal Monograph Products (HMPC)**. *Valeriana officinalis* L., Radix. Disponível em: <http://www.ema.europa.eu/docs/en_GB/document_library/Herbal_-_Community_herbal_monograph/2009/12/WC500017925.pdf>. Acesso em: 27 jan. 2015.
- (19) WICHTL, M. (Ed.), **Herbal Drugs and Phytopharmaceuticals**, Third Edition, Medpharm Scientific Publishers, Stuttgart, Germany, 2004.