

POTENCIAL FARMACOLÓGICO DE *Passiflora* spp. NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE: UMA REVISÃO DA LITERATURA

Yasmim Fernandes Ramos¹;

¹Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/8755343599432821>

Kaylane Ferreira Belo²;

²Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/4597188357911718>

Marina Guimarães Bastos Falcão³;

³Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/5601348392027105>

Ana Júlia Melo de Vasconcelos Arruda⁴;

⁴Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/5406648571330642>

Maísa Santos Moraes⁵;

⁵Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/2836200269622413>

Thais Xavier Cabral⁶;

⁶Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/6659258976140080>

Matheus Rodrigues Torres Farias⁷;

⁷Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/4211471221712331>

Natália de Medeiros Fiorentino⁸;

⁸Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/1551823648927432>

Milena Ferreira Cruz⁹;

⁹Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/4207450737094664>

Aylthon Gabriel de Lyma Albuquerque Luna¹⁰;

¹⁰Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<https://lattes.cnpq.br/2799226247831622>

Letícia Nicolle Evangelista de Brito Gonçalves¹¹;

¹¹Instituto de Ciências Biológicas (ICB/UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/3418656539713346>

Nicolly Magalhães de Oliveira¹²;

¹²Programa de Pós-Graduação de Biologia Celular e Molecular Aplicada (PPGBCMA), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/5295305905930492>

Carolina Maria da Silva¹³.

¹³Universidade de Pernambuco (UPE), Recife, Pernambuco.

<http://lattes.cnpq.br/0118362487473134>

RESUMO: A ansiedade e os distúrbios do sono constituem condições frequentes que podem comprometer a qualidade de vida, estimulando a busca por alternativas terapêuticas de origem vegetal. Assim, espécies do gênero *Passiflora*, especialmente *Passiflora incarnata* e *Passiflora alata*, apresentam compostos bioativos associados a potenciais efeitos ansiolíticos e moduladores do sono. Este trabalho objetivou avaliar os efeitos ansiolíticos atribuídos às espécies de *Passiflora*, considerando mecanismos de ação, resultados experimentais, clínicos, revisões e suas perspectivas terapêuticas. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura conduzida conforme as recomendações PRISMA, nas bases PubMed, ScienceDirect, Frontiers e MDPI, utilizando os descritores “Passiflora”, “Anxiety” e “Sleep disorder”. Foram considerados estudos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis integralmente e relacionados à temática. Inicialmente, foram identificados 10.910 registros, dos quais seis estudos foram incluídos na análise final. Os resultados indicaram redução de sintomas de ansiedade e estresse, melhora de parâmetros relacionados ao sono e efeitos favoráveis no desempenho diurno. Foram observadas evidências relacionadas à modulação do sistema GABAérgico e à utilização de *P. incarnata* como estratégia complementar durante a redução do uso de benzodiazepínicos. Conclui-se que *Passiflora* spp. apresenta potencial terapêutico promissor, embora sejam necessários estudos clínicos mais amplos e padronizados para estabelecer sua eficácia e segurança.

PALAVRAS-CHAVE: Insônia. Fármaco. GABA.

ANXIOLYTIC POTENTIAL OF *Passiflora* spp.: A SYSTEMATIC REVIEW OF THE LITERATURE ON THERAPEUTIC PERSPECTIVES

ABSTRACT: Anxiety and sleep disorders are frequent conditions that can compromise quality of life, stimulating the search for plant-based therapeutic alternatives. Thus, species of the *Passiflora* genus, especially *Passiflora incarnata* and *Passiflora alata*, present bioactive compounds associated with potential anxiolytic and sleep-modulating effects. This study aimed to evaluate the anxiolytic effects attributed to *Passiflora* species, considering mechanisms of action, experimental and clinical results, reviews, and their therapeutic perspectives. This is an integrative review conducted according to PRISMA guidelines, in the PubMed, ScienceDirect, Frontiers, and MDPI databases, using the descriptors “Passiflora”, “Anxiety”, and “Sleep disorder”. Studies published between 2021 and 2026, available in full text and related to the theme, were considered. Initially, 10,910 records were identified, from which six studies were included in the final analysis. The results indicated a reduction in anxiety and stress symptoms, improvement in sleep-related parameters, and favorable effects on daytime performance. Evidence was observed regarding the modulation of the GABAergic system and the utilization of *P. incarnata* as a complementary strategy during the reduction of benzodiazepine use. It is concluded that *Passiflora* spp. exhibits promising therapeutic potential, although broader and more standardized clinical trials are required to establish its efficacy and safety.

KEYWORDS: Sleep disorder. Drug. GABA.

INTRODUÇÃO

As plantas medicinais são utilizadas há séculos por diferentes populações como recurso para a prevenção e o tratamento de doenças, fazendo parte de práticas tradicionais (Almeida, 2011). Ao longo do tempo, o conhecimento associado ao uso de espécies vegetais com fins terapêuticos contribuiu para o desenvolvimento de práticas voltadas para a identificação de seus compostos biologicamente ativos e de suas propriedades farmacológicas. Diante disso, os fitoterápicos constituem uma das aplicações desse conhecimento, sendo obtido a partir de matérias-primas vegetais e utilizadas com finalidades terapêuticas (Chihomvu, 2024).

A ansiedade e os distúrbios de sono constituem condições frequentes que podem comprometer significativamente a qualidade de vida, o desempenho emocional, fisiológico, cognitivo e o funcionamento social dos indivíduos. Embora existam diferentes abordagens farmacológicas para o manejo desses transtornos, o uso prolongado de determinados fármacos, especialmente benzodiazepínicos, pode estar associado à dependência, sintomas de abstinência, e outros efeitos adversos, estimulando a busca por alternativas terapêuticas de origem natural (Carminati; Tondello; Zanardi, 2024). Nesse contexto, o interesse por

alternativas de origem vegetal tem aumentado, destacando-se espécies do gênero *Passiflora*, pertencente à família Passifloraceae, cujas espécies apresentam diferentes compostos bioativos, incluindo flavonoides, associados aos seus efeitos farmacológicos com potencial ansiolítico.

Visto isso, estudos com *Passiflora alata* Curtis comprovam que o seu extrato promove uma redução significativa na gravidade dos sintomas de ansiedade, conjuntamente com um perfil de segurança elevado e isento de reações adversas graves, sustentando as propriedades ansiolíticas e depressoras do sistema nervoso central (SNC) que a espécie apresenta. Ademais, particularidades no perfil químico de flavonoides e metabólitos secundários da *P. alata*, ressaltam a relevância de abordagens espécie específicas, abordando o fitoterápico como alternativa terapêutica viável, segura e economicamente favorável para controle da ansiedade na atenção primária à saúde (Barros; Wiens; Reis, 2026).

Enquanto isso, os estudos experimentais com *Passiflora incarnata* identificaram flavonoides como homoorientina, orientina, vitexina e isovitexina e observaram atividade ansiolítica, com evidências do envolvimento do sistema GABAérgico (ácido gama-aminobutírico). Sendo o mesmo, um sistema fundamental para controlar a excitabilidade neuronal e na regulação desse efeito, contribuindo para a redução da excitabilidade neuronal e para efeitos associados ao relaxamento e ao sono (Grundmann *et al.*, 2008), além de apresentar benefícios em indivíduos com estresse e problemas de sono, incluindo redução de sintomas relacionados ao estresse e alterações favoráveis em parâmetros de sono (Harit *et al.*, 2024).

Sob a perspectiva farmacodinâmica, os compostos bioativos de *Passiflora* atuam como agonistas nos receptores pós-sinápticos do sistema GABA_A, exercendo um efeito modulador análogo ao dos benzodiazepínicos (BZDs) e atuar simultaneamente como antagonista dos receptores pré-sinápticos GABA_B, regulando a liberação pré-sináptica do neurotransmissor. Essa ação integrada no sistema receptor específico diminui a hiperatividade do SNC, promovendo o alívio da ansiedade, melhoria do sono e redução do efeito rebote dos sintomas, fundamentando o interesse no potencial ansiolítico de *Passiflora* spp. (Barros; Wiens; Reis, 2026). Adicionalmente, o uso de *Passiflora* durante processos de redução de consumo do benzodiazepínicos, apresentou resultados que sustentam seu interesse como possível estratégia complementar, com dados de acompanhamento em contexto real indicando manutenção da redução desses medicamentos e perfil de segurança favorável na população estudada (Carminati; Tondello; Zanardi, 2024).

Contudo, diferenças entre espécies, extratos, concentrações, formas de administração, populações avaliadas e desenhos experimentais evidenciaram a necessidade de interpretar essas evidências de maneira mais criteriosa, considerando que os resultados obtidos não podem ser diretamente generalizados para todas as espécies do gênero *Passiflora*. Ademais, apesar do potencial ansiolítico e dos efeitos relacionados à

regulação do sono, demonstrados em alguns estudos, ainda são necessários outros mais robustos que permitam esclarecer seus mecanismos de ação, sua eficácia, segurança e possíveis interações medicamentosas (Miroddi et al., 2013). Dessa forma, os fitoterápicos à base de *Passiflora* apresentam potencial como alternativas ou estratégias complementares no manejo da ansiedade e dos distúrbios de sono, mas seu uso deve ser orientado por evidências científicas e acompanhamento por profissionais da saúde (Miyasaka; Atallah; Soares, 2007).

OBJETIVO

Avaliar os efeitos ansiolíticos atribuídos às espécies do gênero *Passiflora*, abordando seus mecanismos de ação, resultados experimentais, clínicos, revisões de literatura e suas perspectivas de aplicação terapêutica.

METODOLOGIA

O presente estudo refere-se a uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa e objetivos exploratório-descritivos, conduzida em agosto de 2026, guiada de acordo com o *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Utilizou-se o software Rayyan para a organização e gerenciamento das referências, além da identificação e exclusão de trabalhos duplicados.

Para o delineamento da pesquisa foram utilizadas as bases de dados PubMed, ScienceDirect, Frontiers, e MDPI com os descritores consultados no Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), sendo eles: “Passiflora”, “Anxiety” e “Sleep disorder”, combinados por meio do operador booleano “OR”.

Foram adotados como critérios de inclusão artigos originais, revisões de literatura e experimentais exclusivamente em seres humanos, no recorte temporal de 2021 a 2026, redigidos em inglês, apresentar correlação direta com o título e ter acesso gratuito ao texto completo. Artigos duplicados e com informações insuficientes para análise foram excluídos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A priori, foram identificados 411 artigos do ScienceDirect, 53 do PubMed, do 13 MDPI e 10433 do Frontiers. Após a aplicação dos filtros de busca, foram descartados 396 artigos do ScienceDirect, 43 do PubMed, 6 do MDPI e 10427 do Frontiers. Na etapa de triagem, na qual foi realizada a leitura dos títulos e resumos, foram excluídos 10 artigos do ScienceDirect, 3 do PubMed, 3 do MDPI e 2 do Frontiers. Após a realização da elegibilidade, por meio da leitura na íntegra dos artigos, foram descartados 4 artigos do ScienceDirect, 3 do PubMed, 2 do MDPI e 3 do Frontiers. Os estudos duplicados foram contabilizados uma única vez na análise. Ao término da etapa de seleção, seis artigos foram considerados elegíveis

por investigarem os mecanismos de ação do potencial ansiolítico de *Passiflora*, sendo constituído por um artigo do MDPI, um do Frontiers e 4 do PubMed para o levantamento e análise dos dados obtidos (Tabela 1).

Tabela 1: Fluxograma PRISMA.

Fase	Descrição	Science-Direct	PubMed	MDPI	Frontiers
Identificação	Registros identificados nas bases de dados	411	53	13	10433
Triagem	Registros excluídos após a aplicação dos critérios de seleção	396	43	6	10427
	Registros remanescentes	15	10	7	6
Elegibilidade	Registros excluídos após análise de títulos e resumos	10	3	3	2
	Registros selecionados e submetidos à avaliação do texto completo	5	7	4	4
	Registros excluídos	5	3	2	3
Inclusão	Artigos incorporados à revisão	-	4	1	1

Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.

A revisão de Yeong *et al.* (2026) concluiu que a *Passiflora incarnata*, auxilia na redução de sintomas associados à ansiedade, estresse e principalmente sono, assim como descrito no Quadro 1. Além disso, o *P. incarnata* foi incluído no estudo devido às suas evidências científicas relacionadas aos seus efeitos ansiolíticos e promotores do sono, no qual foram investigados efeitos adicionais como excitação, regulação emocional e controle cognitivo. Esse aspecto reforça a necessidade de estudos que avaliem, isoladamente, diferentes espécies e preparações de *Passiflora* para determinar sua eficácia e seus possíveis mecanismos.

La Tempa *et al.* (2025), abordou o uso da *P. incarnata* L. Herba, em dosagem de 200mg de extrato seco, sendo equivalente a 700mg-1000mg, no tratamento de sintomas de ansiedade e insônia, o uso do fitoterápico foi avaliado em 94 crianças e adolescentes diagnosticados com Transtornos Alimentares e de Ingestão (TEAs/FEDs). O estudo demonstrou resultados eficazes no controle da ansiedade, no qual dos 94 pacientes incluídos na pesquisa, 84 (89,4%) utilizaram o extrato e apresentaram melhora clínica dos sintomas de ansiedade, enquanto os outros 10 (10,6%) não relataram benefício perceptível quanto à ansiedade. É de suma importância o aprofundamento no uso de *Passiflora spp.* para o controle de forma natural dos sintomas de ansiedade que vem se tornando cada vez mais frequentes na população.

Barros, Wiens e Reis (2026) avaliaram o potencial ansiolítico da *Passiflora alata* Curtis, dando ênfase ao desfecho clínico, humanístico e econômico no manejo da ansiedade na atenção primária à saúde no Brasil. Na pesquisa, foram acompanhados 30 pacientes

durante o período de 90 dias realizando o uso do extrato de *P. alata* na concentração de 500mg por dia. No início do estudo, 53,3% dos pacientes apresentavam ansiedade grave, ao final do tratamento foram observado que em torno de 30% dos pacientes não apresentaram sintomas e 3,3% apresentaram ansiedade leve. Desta forma, a *Passiflora alata* apresentou uma segurança elevada, tendo apenas três participantes relatado efeitos adversos leves e temporários, tais como sonolência, desconforto gástrico e intestinal transitório, não sendo necessário o interrompimento da terapia. Por fim, o estudo destaca que esses achados em humanos são sustentados por evidências pré-clínicas em modelos animais, que apontavam efeitos sedativos e depressores do sistema nervoso central.

Carminati *et al.* (2024) também apresentaram resultados favoráveis na utilização de *Passiflora incarnata* como medicamento de escolha no desmame de benzodiazepínicos (BZD). Após 12 meses de acompanhamento, 79,3% dos 87 pacientes ambulatoriais eutímicos analisados interromperam o uso de BZD enquanto 3 participantes continuaram usando a *P. incarnata*. Além disso, episódios de ansiedade e transtorno depressivo maior ocorreram com baixa frequência (apenas 10,87% e 12,19% respectivamente) e nenhum paciente obteve efeitos colaterais ou eventos adversos durante o acompanhamento. Tais achados fornecem evidências iniciais que corroboram com o papel benéfico da *P. incarnata* como tratamento adjuvante para diminuir o uso de BZD, auxiliando no controle da manifestação de sintomas associados aos medicamentos depressores do sistema nervoso central.

Prasertsri *et al.* (2024) investigaram os efeitos agudos da ingestão de uma única dose de suco de maracujá (*passion fruit juice* - PFJ) a 50%, 3,5 mL/kg de massa corporal em comparação a um placebo feito a base de glicose e frutose. O estudo foi feito com 14 jovens adultos saudáveis, e a capacidade de trabalho foi medida através do teste de Uchida-Kraepelin. Ambos os grupos tiveram um aumento na capacidade em comparação ao grupo controle, contudo, o grupo que realizou a ingestão do PFJ apresentou uma capacidade maior nos minutos de 1 a 5 continuamente. Além de alterações nas taxas de atenção, níveis de glicose e de pressão arterial e frequência cardíaca. Onde o grupo PFJ apresentou aumentos significativos no desempenho da tarefa Simon (condição compatível) e Flanker e Stroop (condições compatíveis e incompatíveis). A glicemia permaneceu menor em relação ao grupo placebo, mesmo após os testes de atenção e trabalho, a pressão arterial sistólica (PAS) foi menor e não houveram alterações na frequência cardíaca. Por fim, o estudo indicou que neurotransmissores essenciais para a regulação da atenção, do humor e da aprendizagem, como a dopamina, noradrenalina e serotonina, podem ser influenciados pela ação da vitamina C, que atua como cofator em diversos processos bioquímicos. A vitamina C também é fundamental para a regulação do controle glicêmico e da sensibilidade à insulina, contribuindo para mecanismos relacionados ao metabolismo glicídico e à redução do estresse oxidativo. No âmbito cardiovascular, os autores destacam a contribuição de micronutrientes presentes no PFJ, especialmente potássio e magnésio, para a regulação da função vascular e da frequência cardíaca, podendo favorecer processos relacionados

à vasodilatação. Além desses aspectos fisiológicos, o artigo menciona características sensoriais do PFJ, como palatabilidade e aroma, que podem contribuir para sua aceitação e consumo. Entretanto, os autores ressaltam que são necessários estudos adicionais, especialmente investigações de maior duração e com métodos objetivos de avaliação da atividade cerebral, como a eletroencefalografia (EEG), a fim de aprofundar a compreensão dos possíveis efeitos neurofisiológicos do PFJ.

Já Kumar *et al.* (2024) realizaram um estudo clínico randomizado, duplo-cego e com grupo placebo para avaliar a eficácia e segurança do extrato da *Passiflora incarnata* (SIVI), com a dose padronizada de 600 mg/dia por 30 dias, para o manejo do estresse e da insônia em 65 adultos indianos. Foi observada redução de estresse, avaliado a partir da escala *Perceived Stress Scale* (PSS), onde o grupo que realizou o uso do SIVI teve uma taxa significativa de redução no escore médio, sem mencionar o aumento no tempo e na qualidade de sono dos participantes. Em relação ao desempenho diurno, o grupo SIVI apresentou fadiga diurna menor e com menos interferências de humor, além de maior capacidade de trabalho e memória, em comparação com o grupo placebo. Também foi observada redução nos níveis de cortisol sérico em comparação ao grupo placebo, porém a diferença não foi estatisticamente significativa. Infere-se que, o estudo provou que o uso do SIVI é seguro e eficaz na redução de estresse, qualidade de tempo, auxiliando pessoas que sofrem de estresse diário e insônia, já que os participantes não apresentaram nenhuma alteração em exames sorológicos e de parâmetros vitais, permanecendo dentro dos limites normais.

Zanardi *et al.* (2023) realizaram um estudo observacional retrospectivo que avaliou o uso do extrato seco de *Passiflora incarnata* L., herba como tratamento aditivo, alternando entre 200 e 600 mg/dia, durante o processo de desmame de benzodiazepínicos (BZDs). A pesquisa incluiu 186 pacientes eutímicos e pacientes com sintomas depressivos e/ou ansiosos, divididos em dois grupos: grupo A, composto por pacientes que utilizaram *P. incarnata* como tratamento adjuvante, e grupo B, submetido ao protocolo convencional de desmame de BZDs. Os principais resultados demonstraram uma redução mais acelerada da dose de BZDs no grupo que recebeu *P. incarnata*. Para a análise dos efeitos do grupo e do tempo sobre a dose de BZDs, os autores utilizaram análise de variância (ANOVA). Ao final do terceiro mês, a descontinuação completa dos BZDs foi alcançada por 69,89% dos pacientes do grupo A, em comparação a 52,69% do grupo B. Observou-se ainda que os pacientes que receberam doses mais elevadas de *P. incarnata* apresentaram redução significativamente maior das doses de BZDs durante o primeiro mês de acompanhamento; entretanto, essa diferença deixou de ser estatisticamente significativa no terceiro mês. Os escores das escalas clínicas utilizadas para avaliação da ansiedade e depressão (HARS, BAI, HDRS e BDI) mantiveram-se estáveis em ambos os grupos ao longo do estudo, sem evidências de agravamento dos sintomas. Segundo os autores, os efeitos ansiolíticos atribuídos à *P. incarnata* estão relacionados à modulação da neurotransmissão GABAérgica, ao se ligar ao sítio de ligação no receptor pós-sináptico GABA_A e atuar como antagonista do receptor

pré-sináptico GABA_B. O antagonismo pré-sináptico GABA_B reduz a ansiedade de rebote e o *craving* (desejo compulsivo), atenuando os sintomas da síndrome de descontinuação que frequentemente causam a falha do desmame tradicional de BDZs. Diferentemente dos BDZs convencionais, o extrato de *P. incarnata* proporciona efeito ansiolítico sem causar prejuízos expressivos no desempenho ou na função cognitiva dos pacientes. A adição do extrato seco de *Passiflora incarnata* L., *herba* provou ser uma estratégia segura e eficaz para acelerar a retirada gradual de benzodiazepínicos em pacientes com depressão e ansiedade, proporcionando uma redução mais rápida da dosagem e maiores taxas de descontinuação completa sem comprometer o controle dos sintomas.

Quadro 1: Síntese dos estudos incluídos na revisão sistemática.

Autor (ano)	Espécie (s)	Abordagem	Objeto de estudo	Mecanismo (s) avaliado(s)	Principais achados
Yeong <i>et al.</i> (2026)	<i>P. incarnata</i>	Revisão de literatura	-	Efeitos adicionais como excitação, regulação emocional e controle cognitivo	Redução de sintomas associados à ansiedade, estresse e sono.
La Tempa <i>et al.</i> (2025)	<i>P. incarnata</i> L.	Clínico	Crianças e adolescentes com TEAs/FEDs.	Uso da espécie no controle da ansiedade	Eficácia de 53,3% na melhora clínica dos sintomas de ansiedade.
Barros, Wiens e Reis (2026)	<i>P. alata Curtis</i>	Clínico	Pacientes com ansiedade.	Uso da espécie no controle da ansiedade.	Presença de efeitos sedativos e depressores do sistema nervoso.
Carminati <i>et al.</i> (2024)	<i>P. incarnata</i>	Clínico	Pacientes ambulatoriais eutímicos.	Desmame de BZD.	Controle da manifestação dos sintomas associados aos medicamentos depressores do SNC.
Prasertsri <i>et al.</i> (2024)	<i>Passiflora</i> spp.	Experimental.	Adultos saudáveis.	Efeitos da ingestão de suco de maracujá.	Ativação dos neurotransmissores essenciais pelo efeito cascata da vitamina C.
Kumar <i>et al.</i> (2024)	<i>P. incarnata</i>	Clínico	Adultos indianos.	Eficácia e segurança do SIVI.	Redução de estresse, aumento da qualidade de sono, saúde psicológica e desempenho diurno.
Zanardi <i>et al.</i> (2023)	<i>P. incarnata</i> L.	Experimental/ Observacional	Pacientes eutímicos, ansiosos ou depressivos.	Desmame de BZD.	Rápida redução na dosagem de BZDs.

Abreviações: TEAs/FEDs, transtornos alimentares e de ingestão; BZD, benzodiazepínicos; SNC,sistema nervoso central; SIVI, extrato da *Passiflora incarnata*.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2026.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, conclui-se que *Passiflora* spp. apresenta efeitos favoráveis na redução da ansiedade e de sintomas associados, como estresse e distúrbios do sono. Esses achados destacam estes espécimes vegetais como uma alternativa natural e de potencial aplicação complementar aos tratamentos convencionais.

Entretanto, ainda são necessários estudos experimentais e clínicos mais aprofundados para esclarecer seus mecanismos de ação, eficácia, segurança, dosagem e formas de uso. A ampliação dessas investigações é fundamental para estabelecer evidências mais consistentes sobre sua aplicação terapêutica.

Assim, diante da crescente ocorrência de transtornos de ansiedade na população, *Passiflora* spp. emerge como uma perspectiva promissora para a saúde pública. O avanço das pesquisas poderá contribuir para o desenvolvimento de estratégias terapêuticas complementares, ampliando as possibilidades de manejo da ansiedade de forma acessível e segura.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, MZ. Plantas Medicinais [online]. 3rd ed. Salvador: EDUFBA, 2011, 221 p. ISBN 97885-232-1216-2.

BARROS, Thatiane Bárbara de; WIENS, Astrid; REIS, Tiago Marques dos. Resultados clínicos, humanísticos e econômicos do uso de *Passiflora alata* Curtis em participantes com ansiedade leve a moderada: um estudo experimental não randomizado. **DARU Journal of Pharmaceutical Sciences**, v. 34, n. 1, p. 12, 2026.

CARMINATI, Matteo; TONDELLO, Mattia; ZANARDI, Rafaella. *Passiflora incarnata* L., herba, na redução gradual dos benzodiazepínicos: segurança e eficácia a longo prazo em um cenário do mundo real. **Fronteiras em psiquiatria**, v. 15, p. 1471083, 2024.

CHIHOMVU, Patience et al. Phytochemicals in drug discovery—A confluence of tradition and innovation. **International journal of molecular sciences**, v. 25, n. 16, p. 8792, 2024.

GRUNDMANN, Oliver et al. Anxiolytic activity of a phytochemically characterized *Passiflora incarnata* extract is mediated via the GABAergic system. **Planta medica**, v. 74, n. 15, p. 1769-1773, 2008.

HARIT, Mahesh Kumar et al. Randomized, double-blind, placebo-controlled, clinical study of *Passiflora incarnata* in participants with stress and sleep problems. **Cureus**, v. 16, n. 3, 2024.

KUMAR, Harit Mahesh et al. Estudo clínico randomizado, duplo-cego e controlado por placebo de *Passiflora incarnata* em participantes com estresse e problemas de sono. **Cureus**, v. 16, n. 3, 2024.

LA TEMPA, Angela *et al.* Passiflora Incarnata L. Herba in the Treatment of Anxiety Symptoms and Insomnia in Children and Adolescents with Feeding and Eating Disorders. **Adolescents**, v. 5, n. 2, p. 24, 2025.

MIRODDI, Marco *et al.* Passiflora incarnata L.: ethnopharmacology, clinical application, safety and evaluation of clinical trials. **Journal of ethnopharmacology**, v. 150, n. 3, p. 791-804, 2013.

MIYASAKA, Lincoln Sakiara; ATALLAH, Álvaro N.; SOARES, Bernardo. Passiflora for anxiety disorder. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, n. 1, 2007.

PRASERTSRI, Piyapong *et al.* Immediate effects of passion fruit juice supplementation on working ability and attention in healthy participants. **Current Research in Physiology**, v. 7, p. 100120, 2024.

YEONG, Chai Hong *et al.* Protocolo para um ensaio clínico randomizado, duplo-cego e controlado por placebo sobre os efeitos da suplementação com altas doses de multivitamínicos de vitamina B, com e sem Passiflora incarnata, na conectividade neural e no metabolismo

ZANARDI, Raffaella *et al.* Tratamento adjuvante com Passiflora incarnata L., herba, durante a redução gradual de benzodiazepínicos em pacientes com depressão e ansiedade: um estudo no mundo real. **Pharmaceuticals**, v. 16, n. 3, p. 426, 2023.