



VALERIANA EXTRATO SECO

VALERIANA OFFICINALIS

Nomenclatura botânica: *Valeriana officinalis L.*

Família: Valerianaceae

Nome Popular: Valeriana

Parte da planta utilizada: Raiz

Seu nome origina-se da palavra latina 'valere', que significa saúde, também é conhecida pelos nomes de valeriana silvestre e erva-dos-gatos.

É uma planta herbácea de sabor aromático, forte característico e pouco amargo. A diversidade de seus efeitos terapêuticos é conhecida desde os tempos do Renascimento onde era muito usada pelos médicos para tratar dos ataques histéricos das damas da nobreza.

Indicações

É indicado no tratamento de distúrbios do sono associados à ansiedade, sedativo moderado, distúrbios de humor, tais como depressão, distúrbio de déficit de atenção, hiperatividade e anti espasmódico

Composição

Os componentes ativos do extrato de valeriana são:

- ✓ Ácido gama amino butírico (GABA), neurotransmissor relacionado aos efeitos sedativos dessa erva;
- ✓ Ácido valérico;
- ✓ Alcalóides: actinidina, catinina, isovaleramida, valerianina e valerina;
- ✓ Óleo volátil contendo sesquiterpenos ativos (ácido acetoxivalerênico, ácido valerênico);
- ✓ Valepotriatos, ésteres não-glicosídeos, principalmente acevaltrato, isovaltrato e valtrato.

Marcador: Sesquiterpenos (ácido valerênico, ácido acetoxivalerênico).
Extrato seco (mín.0,8% de ácidos valerênicos).

Posologia

De 100 à 400mg por dia do extrato padronizado para conter 0,8% de ácido valerênico.

Contra indicações

Não usar na gravidez, lactação e em crianças menores que 3 anos.

Pode causar no início do tratamento e em altas doses cefaléias, midríase, diarréias, entre outros. Os efeitos diminuem com a suspensão do tratamento.

Interações medicamentosas

A **valeriana** possui ação sedativa e esta propriedade poderá ser potencializada quando utilizada com benzodiazepínicos, barbitúricos, narcóticos, alguns antidepressivos, álcool e anestésicos promovendo, assim, maior tempo de sedação.

As soluções extrativas desta droga apresentam álcool, o que poderá causar náuseas ou vômitos quando administrada com metronidazol ou dissulfiram.

A **valeriana** poderá interagir com certos fármacos que utilizam metabolismo hepático.



Referências bibliográficas

- 1- ALEXANDRE R.F. et al. Fitoterapia Baseada em Evidências. Parte 1. Medicamentos Fitoterápicos Elaborados com Ginkgo, Hipérico, Kava e Valeriana. *Acta Farm. Bonaerense* 24 (2): 300-9 (2005).
- 2- APARECIDA NICOLETTI, M. et al. Principais interações no uso de medicamentos fitoterápicos. *Infarma*, v.19, nº1/2, 2007.
- 3- Fitoterapia Magistral. ANFARMAG. Guia Prático da Farmácia Magistral. Pharmabooks 3ª ed. SP, 2008.

Última atualização 14/03/2013 HL