



FITOTERAPIA E SAÚDE MENTAL NO SUS: PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMO ALTERNATIVA AO CUIDADO PSICOLÓGICO

MARIA APARECIDA BAPTISTA NUNES

Introdução: A saúde mental é um dos principais desafios do Sistema Único de Saúde (SUS), com um aumento significativo no número de pessoas que apresentam transtornos como ansiedade, depressão e insônia. Tradicionalmente, o SUS utiliza abordagens farmacológicas e psicoterapêuticas no tratamento desses transtornos, mas a fitoterapia surge como uma alternativa terapêutica promissora, principalmente em comunidades que valorizam os saberes populares. Diversas plantas medicinais, como a camomila, lavanda e valeriana, possuem propriedades terapêuticas que podem ser aplicadas ao cuidado em saúde mental. **Objetivos:** Este trabalho tem como objetivo explorar a potencialidade da fitoterapia como estratégia complementar no tratamento de condições de saúde mental dentro do SUS, avaliando seus benefícios terapêuticos, os desafios para sua implementação e as perspectivas de integração com os cuidados convencionais. **Metodologia:** A pesquisa adotou uma abordagem descritiva e qualitativa, baseada em revisão sistemática de literatura. Foram analisados artigos científicos, documentos oficiais e relatórios institucionais publicados entre 2006 e 2024, utilizando bases de dados como SciELO, LILACS e o portal do Ministério da Saúde. Os critérios de inclusão consideraram estudos sobre a inserção da fitoterapia no SUS e suas implicações no cuidado à saúde mental. **Resultados:** Os dados indicam que a fitoterapia tem sido utilizada em diversos municípios do Brasil, com programas que promovem o uso de plantas medicinais como alternativas de tratamento para transtornos mentais. Observou-se que a fitoterapia tem mostrado bons resultados, com destaque para a melhora da qualidade de vida dos pacientes e a adesão ao tratamento. Contudo, ainda existem desafios, como a necessidade de formação profissional adequada e a regulamentação dos fitoterápicos. **Conclusão:** A fitoterapia representa uma alternativa valiosa e complementar no cuidado à saúde mental no SUS. Ao integrar práticas tradicionais com abordagens científicas, o SUS pode ampliar as opções terapêuticas para seus usuários, oferecendo tratamentos mais acessíveis e culturalmente apropriados. Para sua efetiva implementação, é fundamental o investimento em capacitação técnica e pesquisa, bem como em políticas públicas que integrem as práticas tradicionais à medicina moderna.

Palavras-chave: **TRANSTORNOS; TRATAMENTO; TERAPIAS**