

ABORDAGENS TERAPÊUTICAS DA CANNABIS SATIVA NO MANEJO DA ANSIEDADE E NA QUALIDADE DO SONO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES: UMA REVISÃO INTEGRATIVA

LEANDRA FERREIRA DOS SANTOS¹; FERNANDA CAPELLA RUGNO²;
NICOLE RUAS GUARANY³

¹Universidade Federal de Pelotas – leandraferreira27@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – fernandacrugno@hotmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – nicolerg.ufpel@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O uso terapêutico da *Cannabis sativa* tem se mostrado eficaz como um tratamento alternativo seguro, podendo ser utilizado com ou sem os fármacos psiquiátricos convencionais. Essa abordagem auxilia na redução da ansiedade e da insônia, além de ser uma possibilidade para diminuir a carga farmacológica, especialmente em casos de pouca resposta a medicamentos psiquiátricos de longo prazo (SHANNON; OPILA-LEHMAN, 2016). Contudo, ainda persistem concepções errôneas sobre a cannabis devido ao seu uso recreativo e à associação com populações marginalizadas (GODOY, 2018).

A *Cannabis sativa* é originária da Ásia Oriental e tem registros de uso de cerca de 6 mil anos atrás (COSTA *et al.*, 2018). Devido aos antigos registros de seus benefícios, a planta adquiriu importância em várias civilizações, sendo usada em práticas religiosas, tratamentos médicos e na culinária. Entre os diversos canabinoídes presentes na *Cannabis sativa*, o canabidiol (CBD) se destaca por suas propriedades ansiolíticas, antipsicóticas e neuroprotetoras (CRIPPA *et al.*, 2018).

Após um boom na década de 1970, o número de estudos sobre o CBD nas duas décadas seguintes se estabilizou, indicando uma queda no interesse pelo estudo das ações terapêuticas desse canabinoide. Embora alguns grupos continuassem a fornecer contribuições esparsas sobre o assunto, grande parte da produção na área se limitou a investigações das propriedades ansiolíticas, antidepressivas e antipsicóticas do CBD realizadas por pesquisadores brasileiros (CRIPPA *et al.*, 2018, tradução própria).

Evidências indicam que o CBD é eficaz devido aos seus efeitos ansiolíticos, sem causar ansiedade e com efeitos sedativos mínimos, além de possuir um excelente perfil de segurança (BLESSING *et al.*, 2015). Estudos sugerem que o CBD é uma opção terapêutica promissora, com poucos efeitos colaterais em crianças e adolescentes. No entanto, é essencial realizar mais pesquisas sobre seu potencial no tratamento da ansiedade e na melhora da qualidade do sono neste grupo.

2. METODOLOGIA

A revisão integrativa é um método de pesquisa que viabiliza a síntese dos resultados de estudos relevantes sobre um determinado tópico já existentes na literatura. Esse método de revisão possibilita a integração de dados provenientes tanto da literatura teórica quanto da literatura empírica e pode ser conduzido com

diversos propósitos, como a análise metodológica ou a revisão de teorias e conceitos (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

A revisão integrativa segue seis etapas: identificação do tema e da questão de pesquisa, definição dos critérios de inclusão/exclusão, categorização e extração de informações dos estudos, avaliação, interpretação dos resultados e apresentação da síntese (MENDES, SILVEIRA; GALVÃO, 2008 p. 761-763). O levantamento bibliográfico foi realizado nas bases SciELO, LILACS, ScienceDirect, PubMed e Portal de Periódicos CAPES, com os descritores "canabidiol", "Cannabis sativa", "criança", "adolescente", "sono" e "ansiedade", combinados com os conectores booleanos "AND" e "OR" em português e inglês.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A consulta em 5 bases de dados garantiu o rigor científico e metodológico da busca. A amostra final da revisão incluiu 10 artigos (conforme a Fluxograma abaixo).

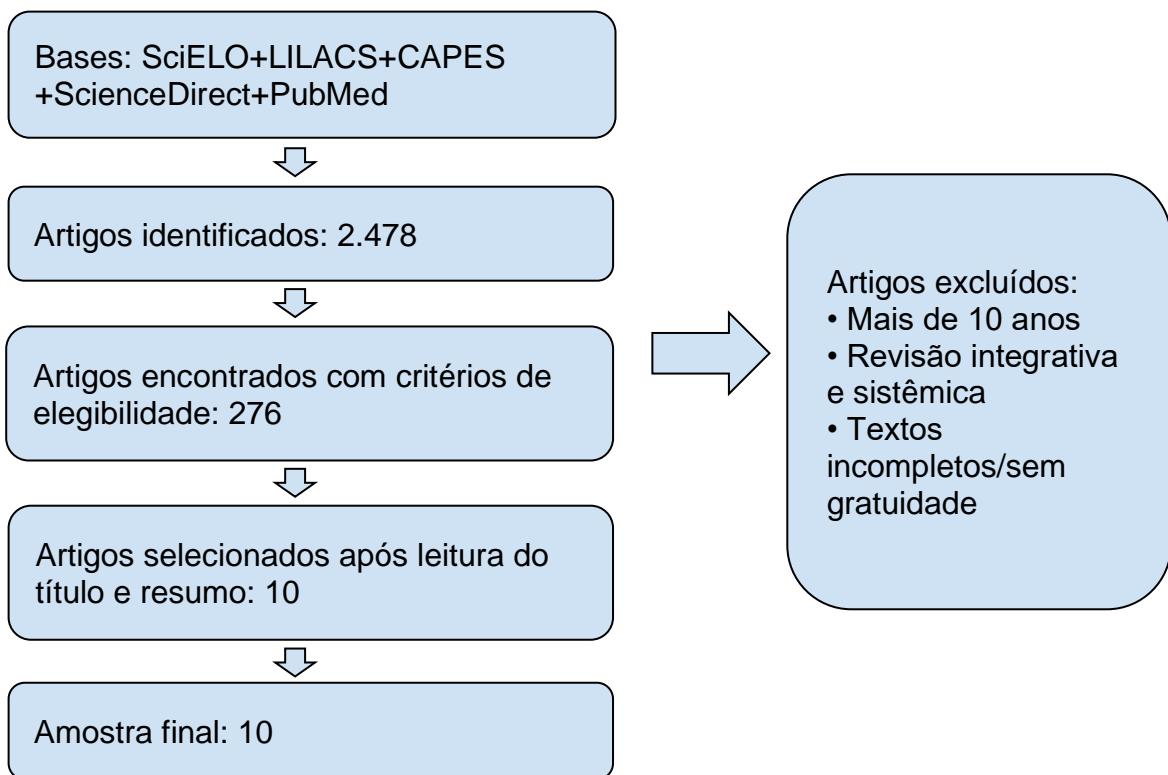


Figura 1 – Fluxograma da estratégia de busca com a amostra final da revisão.

Entre os artigos incluídos na revisão integrativa, 2 foram publicados no ScienceDirect, 3 no PubMed e 5 no Portal de Periódicos CAPES. Em relação ao tipo de delineamento/desenho de estudo, verificaram-se: 2 estudos de relato de caso, (WILLIAMS, BRIDGEMAN, LAITMAN, 2022; SHANNON, 2016); 1 estudo de levantamento (INGRAM *et al.*, 2021); 3 estudos observacionais [1 estudo transversal (FELNHOFER *et al.*, 2021); 1 estudo prospectivo observacional (BARCHEL *et al.*, 2019); 1 estudo de coorte prospectivo (LESTER *et al.*, 2016)]; e 4 estudos de intervenção [1 ensaio clínico controlado não randomizado (SCHEFFER *et al.*, 2021); 1 ensaio clínico de fase 1/2 aberto (HEUSSLER *et al.*,

2019); 1 ensaio clínico randomizado (SCHNAPP *et al.*, 2022); 1 estudo prospectivo aberto (KLOTZ *et al.*, 2022)].

Os estudos selecionados foram classificados em 2 unidades/categorias de análise: 1) Ausência de coordenação/conhecimento entre os prestadores de serviços de saúde acerca do canabidiol e 2) Avaliação do uso do canabidiol, bem como abordagens para o manejo da redução da ansiedade e a melhora da qualidade do sono em crianças e adolescentes com condições neuropediátricas.

Além dos efeitos adversos, a cannabis terapêutica pode causar efeitos colaterais, exigindo monitoramento contínuo e coordenação entre os prestadores de saúde para garantir um tratamento seguro. Apesar dos efeitos adversos geralmente serem leves a moderados, sua variabilidade dependendo das formulações ressalta a importância de uma comunicação eficaz entre os profissionais de saúde (BORGELT *et al.*, 2013).

A falta de treinamento e conhecimento sobre os efeitos da cannabis dificulta a prescrição de CBD pelos profissionais de saúde. Muitos não receberam educação adequada e dependem da autoeducação. Desenvolver programas educacionais atualizados e incluir o estudo do sistema endocanabinoide na formação acadêmica é essencial. A Universidade Federal da Paraíba já oferece uma disciplina optativa sobre o tema, destacando a importância de integrar esse conhecimento nas práticas clínicas e criar diretrizes baseadas em evidências para a terapia com CBD (LUQUE *et al.*, 2012).

O sono é fundamental para o desenvolvimento cognitivo e o desempenho em crianças e adolescentes (MASON *et al.*, 2021; MELTZER, 2016). Estudos sugerem que os cannabinoides, como o CBD, podem melhorar a insônia e reduzir os movimentos durante o sono. Além disso, o CBD tem se mostrado eficaz no tratamento da epilepsia em crianças, reduzindo as convulsões e melhorando a qualidade de vida.

A alta prevalência de transtornos de ansiedade em crianças e adolescentes ressalta o papel do sistema endocanabinoide (SEC) na regulação da resposta ao estresse. O CBD, ao afetar o SEC, surge como uma alternativa terapêutica promissora para a ansiedade. No entanto, variações genéticas no sistema endocanabinoide podem influenciar a eficácia do tratamento, indicando a necessidade de mais pesquisas para entender melhor esses efeitos (DINCHEVA *et al.*, 2015).

4. CONCLUSÕES

Este estudo proporcionou a compreensão das terapias com *Cannabis sativa* para manejar a ansiedade e melhorar a qualidade do sono em crianças e adolescentes. Contudo, a análise teve limitações, como a restrição às publicações dos últimos 10 anos, o que pode ter diminuído a abrangência e a diversidade dos dados. A inclusão de publicações mais antigas e a ampliação das bases de dados poderiam ter oferecido uma amostra mais representativa.

Além disso, a escassez de artigos nacionais e internacionais sobre o tema contribui para o estigma e o preconceito em relação à cannabis, limitando o avanço do campo. O crescente interesse nas propriedades terapêuticas do canabidiol exige evidências clínicas concretas para apoiar familiares, pacientes e profissionais de saúde na prescrição segura de CBD. Apesar da necessidade de mais estudos, o canabidiol mostrou ter um impacto positivo na qualidade do sono e na redução da ansiedade em crianças e adolescentes. Portanto, é essencial avançar na pesquisa e gerar mais evidências clínicas para consolidar o papel terapêutico da *Cannabis*.

sativa e promover uma abordagem mais embasada e menos discriminatória sobre seu uso.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BLESSING, E. M. *et al.* (2015). Cannabidiol as a Potential Treatment for Anxiety Disorders. **Neurotherapeutics**, 12(4), 825-836.
- BORGELT, L. M. *et al.* (2013). The pharmacologic and clinical effects of medical cannabis. **Pharmacotherapy**, 33(2), 195–209. <https://doi.org/10.1002/phar.1187>.
- CRIPPA, J. A. *et al.* (2018). Translational Investigation of the Therapeutic Potential of Cannabidiol (CBD): Toward a New Age. **Front Immunol.** Sep 21;9:2009. doi: 10.3389/fimmu.2018.02009. PMID: 30298064; PMCID: PMC6161644.
- COSTA, T. G. S. *et al.* (2018). A questão legal do uso medicinal da Cannabis sativa no Brasil. **III Conbracis**, Centro Universitário de João Pessoa – UNIPÊ.
- DINCHEVA, I. *et al.* (2015) “FAAH genetic variation enhances fronto-amygdala function in mouse and human.” **Nature communications** vol. 6 6395. doi:10.1038/ncomms7395.
- GODOY, I. A. (2018). Cannabis no Brasil: perspectiva histórica, legal e tendências econômicas da legalização. **Monografia** (Ciências Econômicas) - Universidade Federal Rural de Pernambuco - Unidade Acadêmica de Serra Talhada, Serra Talhada, 56 p.
- LUQUE, J. S. *et al.* (2012) “Mixed methods study of the potential therapeutic benefits from medical cannabis for patients in Florida.” **Complementary therapies in medicine** vol. 57: 102669. doi:10.1016/j.ctim.2021.102669.
- SHANNON, S.; OPILA-LEHMAN, J. (2016). Effectiveness of Cannabidiol Oil for Pediatric Anxiety and Insomnia as Part of Posttraumatic Stress Disorder: A Case Report. **Permanente Journal**, 20(4), 108-111.
- MASON, G. M. *et al.* (2021) Sleep and human cognitive development. **Sleep Med Rev.**; 57:101472. doi: 10.1016/j.smrv.2021.101472.
- MELTZER, L. J. (2016). Sleep and developmental psychopathology: Introduction to the special issue. **Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology**, 46(2),171–174.
- MENDES K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P; GALVÃO, C. M. (2008) Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enferm.**17(4):758-64.