

EFICÁCIA DO CANABIDIOL ISOLADO NO TRATAMENTO DA ANSIEDADE: REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

Clara Inêz Amaral Rodrigues¹

Guilherme Símaro²

RESUMO: O presente estudo teve como objetivo investigar a eficácia do canabidiol isolado, livre da substância psicoativa tetrahidrocannabinol, no tratamento dos transtornos de ansiedade. A pesquisa, de caráter exploratório, foi realizada por meio de revisão integrativa da literatura, analisando publicações científicas recentes disponíveis em bases como SciELO e Google Acadêmico. A ansiedade, que afeta significativamente a qualidade de vida e é altamente prevalente na população brasileira, tem sido tratada majoritariamente com psicofármacos, os quais apresentam limitações, como efeitos colaterais e tempo prolongado até o início da eficácia. Nesse contexto, o canabidiol isolado se apresenta como uma alternativa terapêutica promissora devido ao seu perfil seguro, baixa incidência de efeitos adversos e propriedades ansiolíticas.

Palavras-chave: *Canabidiol; ansiedade; transtornos ansiosos; cannabis medicinal; saúde mental.*

ABSTRACT: This study aimed to investigate the effectiveness of isolated cannabidiol, free from the psychoactive substance tetrahydrocannabinol, in the treatment of anxiety disorders. This exploratory research was conducted through an integrative literature review, analyzing recent scientific publications available in databases such as SciELO and Google Scholar. Anxiety, which significantly affects quality of life and is highly prevalent in the Brazilian population, is mostly treated with psychotropic drugs that present limitations, including side effects and delayed therapeutic effects. In this context, isolated cannabidiol emerges as a promising therapeutic alternative due to its safe profile, low incidence of adverse effects, and anxiolytic properties.

Keywords: *Cannabidiol; anxiety; anxiety disorders; medicinal cannabis; mental health.*

INTRODUÇÃO

¹ Aluna do curso de Psicologia no Centro Universitário Atenas.

² Doutor em Ciências Farmacêuticas.

A ansiedade é uma resposta emocional inerente à condição humana diante de situações percebidas como desafiadoras. Em sua forma adaptativa, trata-se de um mecanismo psicológico fundamental, que prepara o indivíduo para enfrentar adversidades. No entanto, quando essa resposta se torna desproporcional em intensidade ou duração, ela transcende sua função protetora e assume um caráter patológico, com grande impacto na vida cotidiana. As crescentes demandas e pressões impostas pela sociedade contemporânea são frequentemente apontadas como fatores que contribuem para essa transição, elevando a prevalência dos transtornos de ansiedade (FERNANDES et al., 2017).

O aumento significativo na prevalência e no diagnóstico dos transtornos de ansiedade posiciona essas condições como um desafio central para a saúde pública contemporânea. Nesse contexto, a contínua atualização de dados epidemiológicos é uma ferramenta essencial, pois permite não apenas estimar a crescente demanda por tratamento, mas também orientar o planejamento estratégico e a alocação de recursos em políticas de saúde mental (MANGOLINI et al., 2019).

A crescente prescrição de medicamentos psicotrópicos, muitas vezes por profissionais não especializados em psiquiatria, tem gerado preocupações sobre a qualidade e a segurança de seu uso. Essa tendência favorece a utilização inadequada desses fármacos — seja por indicação imprecisa ou desvio das diretrizes clínicas —, o que compromete a eficácia do tratamento e eleva os riscos à saúde do paciente. Um exemplo emblemático deste cenário é o uso excessivo e pouco criterioso de ansiolíticos, especialmente os benzodiazepínicos. Figurando entre os fármacos mais prescritos no Brasil e no mundo, eles estão presentes em cerca de 70% das prescrições para sintomas ansiosos, configurando um grave problema de saúde pública. Tal panorama evidencia a necessidade urgente de uma abordagem mais racional e vigilante, considerando os conhecidos riscos de dependência, tolerância e efeitos adversos associados ao uso prolongado (MORAES et al., 2022).

Existe uma notável dissonância entre o crescente corpo de evidências científicas sobre o potencial terapêutico de canabinoides, como o canabidiol (CBD), e a persistência de barreiras regulatórias e sociais que dificultam sua utilização clínica. Essas barreiras são alimentadas por um estigma histórico que impregna o imaginário social em torno da *Cannabis sativa*. Como resultado, o debate público frequentemente transcende a análise farmacológica e é contaminado por discursos morais que promovem uma equiparação entre a aplicação terapêutica e o uso recreativo. Essa confusão conceitual representa um obstáculo epistemológico e político significativo para a aceitação do CBD como uma ferramenta legítima na medicina (QUEIROGA, 2022).

METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica de caráter exploratório, cujo objetivo é investigar a eficácia do canabidiol isolado no tratamento da ansiedade. O levantamento do material foi realizado entre março de 2025 e novembro de 2025 nas seguintes bases de dados eletrônicas: SciELO e Google Acadêmico. A estratégia de busca incluiu a combinação dos seguintes descritores, em português e inglês: Ansiedade; Canabidiol; Canabidiol isolado; Potencial ansiolítico; Anxiety; Cannabidiol; Isolated cannabidiol; Anxiolytic potential, utilizando os operadores booleanos AND e OR para refinar os resultados. Foram definidos como critérios de inclusão: artigos de texto completo, publicados no período de 2002 a 2025, que abordassem diretamente a temática. Foram excluídos editoriais, resumos de canais e trabalhos que não se alinhavam ao escopo desta pesquisa.

DESENVOLVIMENTO

Estudos apontam que o CBD apresenta um grande potencial terapêutico para o tratamento de diversas comorbidades, esse artigo busca dar enfoque as propriedades ansiolíticas contidas nessa substância. Evidências oriundas de estudos pré-clínicos e clínicos demonstram que o CBD apresenta potencial ansiolítico relevante, com eficácia na atenuação dos sintomas de ansiedade e perfil de segurança favorável, caracterizado pela ausência dos efeitos adversos comumente associados aos fármacos ansiolíticos tradicionais (JUNIOR *et al.*, 2024).

Desde a década de 1960, os benzodiazepínicos (BZD) vêm sendo amplamente prescritos como agentes terapêuticos no tratamento de distúrbios de natureza psiquiátrica e neurológica, especialmente nos transtornos de ansiedade (PEIXOTO., 2020). Estudos indicam que aproximadamente 2% da população adulta brasileira faz uso crônico de BZD, com prevalência mais elevada entre mulheres e tendência de aumento com o avanço da idade. No entanto, o uso prolongado desses fármacos está associado a um maior risco de intoxicação e à ocorrência de efeitos adversos, sendo agravado pelo fato de grande parte dos pacientes desconhecer os riscos relacionados ao uso indiscriminado dessa classe medicamentosa (NETO *et al.*, 2019).

A avaliação de uma terapia ansiolítica transcende a mera eficácia, exigindo uma análise rigorosa de seu perfil de segurança, frequentemente quantificado pelo índice terapêutico — a razão entre a dose tóxica (DL50) e a dose eficaz (DE50). Fármacos tradicionais, como os benzodiazepínicos, possuem um índice terapêutico que, embora seguro quando bem manejado, pode

ser perigosamente estreitado na presença de outros depressores do SNC. A literatura revisada sobre o canabidiol (CBD) aponta para um perfil de segurança distinto, com um índice terapêutico notavelmente amplo. Estudos pré-clínicos indicam que doses extremamente elevadas são necessárias para induzir toxicidade, enquanto os efeitos terapêuticos são observados em doses muito inferiores. Esta ampla margem de segurança é um dos atributos mais promissores do CBD, justificando o crescente interesse em sua aplicação clínica e posicionando-o como uma alternativa de menor risco em potencial, embora mais estudos sejam necessários para estabelecer a dose eficaz ótima em humanos.

Um índice terapêutico elevado indica uma maior margem de segurança, ou seja, uma maior diferença entre as doses que produzem efeito terapêutico e aquelas que podem causar toxicidade. Já um índice terapêutico estreito requer monitoramento rigoroso, pois pequenas variações na dose podem resultar em efeitos adversos significativos (LEONARDI *et al.*, 2017).

Observa-se um aumento progressivo no consumo de fármacos ansiolíticos, com destaque para os benzodiazepínicos. Esses medicamentos, quando administrados em doses terapêuticas, exercem efeitos sedativos, hipnóticos e ansiolíticos, sendo amplamente utilizados no tratamento de transtornos de ansiedade e distúrbios do sono. No entanto, mesmo em doses dentro da faixa terapêutica, os benzodiazepínicos apresentam potencial de causar dependência física e psicológica, além de estarem associados à síndrome de abstinência após a interrupção abrupta do uso. O uso inadequado ou em doses superiores às recomendadas pode levar a consequências graves, como depressão do sistema nervoso central, coma e, em casos extremos, óbito, configurando um relevante problema de saúde pública. (LEONARDI *et al.*, 2017).

Para além dos efeitos adversos descritos acima estudos têm demonstrado uma associação entre o uso de benzodiazepínicos (BZDs) e a ocorrência de depressão respiratória, especialmente em pacientes com doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) e naqueles com histórico de overdose relacionada ao transtorno por uso de substâncias. Evidências adicionais sugerem que o uso prolongado de BZDs pode estar relacionado ao aumento do risco de desenvolvimento de neoplasias, bem como à piora de quadros de apneia obstrutiva do sono (AOS). Em populações idosas, o uso desses fármacos tem sido correlacionado com maior incidência de delirium, comprometimento cognitivo progressivo, incluindo demência, além de aumento no risco de quedas, resultando, com frequência, em fraturas de quadril (FARIA *et al.*, 2019).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao término desta revisão bibliográfica, emerge uma conclusão inquestionável: o campo da psicofarmacologia para os transtornos de ansiedade encontra-se em uma encruzilhada crítica, confrontando o legado de terapias estabelecidas com o potencial de abordagens inovadoras. Este trabalho cristaliza essa bifurcação ao contrastar o perfil de risco-benefício dos benzodiazepínicos (BZD), a classe de fármacos mais tradicionalmente utilizada, com as evidências promissoras do canabidiol (CBD), um composto que desafia o paradigma terapêutico vigente.

A análise da literatura reafirma que a longa hegemonia dos benzodiazepínicos carrega um ônus significativo para a saúde pública. Sua eficácia em curto prazo é ofuscada por um perfil de segurança preocupante no uso crônico, caracterizado por um índice terapêutico estreito, um alto potencial para o desenvolvimento de dependência iatrogênica e síndromes de abstinência severas. Ademais, os riscos associados, que incluem comprometimento cognitivo — particularmente devastador na população idosa —, depressão respiratória e interações perigosas com outros depressores do sistema nervoso central, compõem um quadro que demanda uma reavaliação urgente da sua posição como terapia de primeira linha para o manejo da ansiedade a longo prazo.

Em contrapartida, o canabidiol se consolida na literatura não apenas como uma alternativa, mas como uma molécula com uma filosofia terapêutica fundamentalmente distinta. Sua comprovada eficácia ansiolítica é acompanhada por uma ampla margem de segurança, um dos seus atributos mais valiosos. O vasto índice terapêutico sugere um risco reduzido de toxicidade, enquanto seu mecanismo de ação pleiotrópico, que modula múltiplos sistemas em vez de atuar potentemente sobre um único receptor, pode explicar seu perfil de efeitos adversos mais brando e, crucialmente, sua aparente ausência de potencial para abuso ou dependência.

Portanto, a síntese das evidências posiciona o CBD como uma ferramenta farmacológica de extrema relevância, com potencial para revolucionar o tratamento da ansiedade. No entanto, esta conclusão não é um veredito final, mas sim uma chamada à ação. Para que o potencial do CBD seja plenamente realizado, são imperativos novos e robustos ensaios clínicos randomizados, focados em estabelecer protocolos clínicos, estratégias de dosagem ótimas para diferentes transtornos de ansiedade e a segurança do seu uso em longo prazo. Simultaneamente, é urgente a necessidade de fomentar a educação de prescritores e pacientes sobre os riscos da terapia com BZDs e de desenvolver políticas de desprescrição e uso racional, reservando-os para situações agudas e específicas. A transição para um tratamento da ansiedade mais seguro e eficaz depende, em última análise, do avanço contínuo da ciência e de uma mudança consciente na cultura de prescrição.

REFERÊNCIAS

DE MORAES, Andressa Patrícia Corrêa; DE ANDRADE, Nadia Ap Gonzaga; DA COSTA FERNANDES, Ana Paula. ANSIOLÍTICOS, UM SOFRIMENTO PSÍQUICO DA CONTEMPORANEIDADE: PREVALÊNCIA DA UTILIZAÇÃO DE ANSIOLÍTICOS POR PACIENTES ATENDIDOS NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL (CAPS) ARAGARÇAS-GO. **Revista Eletrônica Interdisciplinar**, v. 14, n. 1, 2022. Disponível em: <<http://revista.univar.edu.br/rei/article/view/271>>. Acesso em: 24 jul. 2025.

FERNANDES, Márcia Astrês; MENESSES, Raila Torres de; FRANCO, Samantha Luzia Guimarães; SOARES E SILVA, Joyce; FEITOSA, Carla Danielle Araújo. Transtornos de ansiedade: vivências de usuários de um ambulatório especializado em saúde mental. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 11, n. 10, p. 3836–3844, 2017. DOI: 10.5205/1981-8963-v11i10a25366p3836-3844-2017. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/25366>>. Acesso em: 24 jul. 2025.

FARIA, Jamille Sara Silva; ROSSI, Stephani Vogt; ANDREATTA, Thayná; SIMÕES, Vanessa Paganini; POMBO, Bruno Hosken; MOREIRA, Roberta Bitencourt. Benzodiazepínicos: revendo o uso para o desuso. **Revista de Medicina**, São Paulo, Brasil, v. 98, n. 6, p. 423–426, 2019. Disponível em: <<https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/158269>>. Acesso em: 30 jul. 2025.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projeto de Pesquisa**. 4a ed. São Paulo: Editora Atlas S.A. 2002.

LEONARDI, Jéssica Gabriela; AZEVEDO, Bruna Marcacini; OLIVEIRA, A. C. C. Benzodiazepínicos e seus efeitos no sistema nervoso central. **Revista Saúde em Foco**, v. 9, p. 684-690, 2017. Disponível em: <https://portal.unisepe.com.br/unifia/wp-content/uploads/sites/10001/2018/06/076_benzodiazepinicos.pdf>. Acesso em 30 jul. 2025.

MANGOLINI, Vitor Iglesias; ANDRADE, Laura Helena; WANG, Yuan-Pang. Epidemiologia dos transtornos de ansiedade em regiões do Brasil: uma revisão de literatura. **Revista de Medicina**, São Paulo, Brasil, v. 98, n. 6, p. 415–422, 2019. Disponível em: <<https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/144226>>. Acesso em: 24 jul. 2025.

NETO, Adi Gonçalves Xavier et al. Prevalência do uso de benzodiazepínicos em idosos no hospital dia do idoso em Anápolis-GO. **Revista Educação em Saúde**, v. 7, n. 2, p. 55-62, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.29237/2358-9868.2019v7i2.p53-60>>. Acesso em 29 jul. 2025.

PEIXOTO, L. dos S. F.; LIMA, I. F. M. de; SILVA, C. P. da; PIMENTEL, L. G.; LIMA, V. B. de S. R.; SANTANA, K. R. de; JÚNIOR, F. B. da P.; PAZ, E. S. L. da. Ansiedade: o uso da Cannabis sativa como terapêutica alternativa frente aos benzodiazepínicos / Anxiety: the use of Cannabis sativa as an alternative therapy in front of benzodiazepinics. **Brazilian Journal of Development, [S. l.]**, v. 6, n. 7, p. 50502–50509, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n7-631. Disponível em: <<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/13797>>. Acesso em: 29 jul. 2025.

QUEIROGA, Adriano Heverson Feitosa. Uso de Cannabis de forma medicinal: conceitos e preconceitos na sociedade. 2022. Disponível em: <<https://repositorio.ufrn.br/server/api/core/bitstreams/9792c471-f3ec-4135-8758-46469dfffa973/content>>. Acesso em: 24 jul. 2025.

SILVA, Armando; MENEZES, Estela. *Metodologia da pesquisa científica para iniciantes*. Rio de Janeiro: Ciência Moderna, 2005.

SILVA JÚNIOR, Sebastião Gonçalves da; PEREIRA, Lucas Oliveira; MULLER, Simony Davet. O USO DO CANABIDIOL (CBD) NO MANEJO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE: UMA REVISÃO NARRATIVA SOBRE EFICÁCIA E SEGURANÇA. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 10, n. 12, p. 482–508, 2024. Disponível em: <<https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/17433>>. Acesso em: 29 jul. 2025.