

MELISSA OFFICINALIS: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DE SUAS PROPRIEDADES FARMACOLÓGICAS E APLICAÇÕES TERAPÊUTICAS NA SAÚDE

Eduarda Rosa BIGOTO*

Cecília Corturato PONTEL**

Clarissa Pierini ALVES***

Gabriel ZONTA****

João Vitor Belém QUATROQUI*****

Alexandre BORGES*****

RESUMO

Introdução: A *Melissa officinalis*, popularmente conhecida como erva-cidreira, é amplamente utilizada entre a população com fins medicinais. Pertencente à família Lamiaceae, destaca-se por sua vasta aplicação devido a seus efeitos antidepressivos, anti-inflamatórios, antimicrobianos e analgésicos. Assim, tem despertado crescente interesse por sua aplicabilidade no manejo complementar de diversas condições clínicas. **Objetivo:** Realizar uma revisão integrativa a respeito das ações farmacológicas e aplicabilidades terapêuticas da *Melissa officinalis*, com o objetivo de identificar lacunas na literatura, contribuindo para a valorização de seu uso racional na prática em saúde. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica integrativa realizada na base de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram utilizados os descritores em Ciências da Saúde (DeCS): "*Melissa officinalis*", "*erva-cidreira*", "*farmacologia*", "*ensaios clínicos*", "*estudos experimentais*", "*tratamento*" e "*efeitos terapêuticos*", combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR. Foram adotados como critérios de inclusão apenas artigos originais, ensaios clínicos e estudos experimentais que abordassem a *Melissa officinalis* em contexto farmacológico ou terapêutico, estivessem disponíveis na íntegra nos idiomas português e inglês e publicados entre 2020 a 2025. Critérios de exclusão: estudos duplicados, revisões, editoriais e com dissonância em relação ao objetivo central da pesquisa. **Resultados:** A busca resultou em 73 artigos, dos quais 18 atenderam aos critérios de inclusão. Os estudos analisados destacaram benefícios da *Melissa officinalis* no manejo de ansiedade leve a moderada, melhora da qualidade do sono, modulação da função cognitiva, além de efeitos antioxidantes e potenciais aplicações em distúrbios gastrointestinais, dermatológicos e metabólicos. **Conclusão:** A *Melissa officinalis* apresenta potencial terapêutico e farmacológico, sendo um recurso importante na fitoterapia. Porém, são necessários novos estudos clínicos controlados que consolidem sua eficácia e segurança, permitindo maior valorização e inserção em práticas de saúde e políticas públicas.

Palavras-chave: *Melissa officinalis*; revisão integrativa; efeitos terapêuticos; fitoterapia.

* Discente de Medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. eduardarosabigoto123@gmail.com

** Discente de Medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. ceciliacorturato pontel@gmail.com

*** Discente de Medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. clarisaapierinialves@gmail.com

**** Discente de Medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. gabrielzonta601@gmail.com

***** Discente de Medicina do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. joaovitorbquatroqui@gmail.com

***** Orientador, Doutor, Docente do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. alexbrgs12@gmail.com