

A terapia floral como prática complementar na promoção da saúde dos professores

Danilo Bronzatti Siqueira
Alexandre Macarini Gonçalves (Orientador)
Daniele Gonzales Bronzatti Siqueira (Coorientador)

Ciências da Saúde
Colégio Interativa, Londrina - PR

RESUMO – A qualidade de vida é um importante aspecto a ser considerado na promoção de saúde. O exercício da profissão de professor vem sendo associado à elevada carga de estresse. A terapia floral, recomendada enquanto prática integrativa e complementar em saúde, vem apresentando resultados benéficos. Este projeto visa avaliar a qualidade de vida dos professores do ensino fundamental e observar se o uso da terapia floral pode impactar positivamente em sua saúde. A pesquisa foi realizada com uma amostra constituída por 8 professores do ensino fundamental de uma escola particular de Londrina –PR, que responderam o questionário de avaliação da qualidade de vida (SF-36). Na primeira etapa, a análise dos dados permitiu a descrição dos participantes em relação a autopercepção de saúde. Na segunda etapa, em andamento, os professores farão uso da fórmula floral Emergencial, do sistema Saint Germain, por 30 dias consecutivos. Ao final desse período, um novo questionário será aplicado para posterior comparação dos dados. Nesta etapa, será realizada a análise pelos 8 domínios que compõem o questionário SF 36. Pode-se verificar que 75% dos participantes referiram sua saúde como um pouco pior agora do que há um ano; 87,5% relataram sentir dor e 75% disseram que a dor interfere no desempenho do seu trabalho. As atividades sociais normais de 75% da população do estudo foram afetadas por sua saúde física ou problemas emocionais recentemente. A partir dos dados obtidos na primeira etapa do projeto, observa-se que a qualidade de vida dos participantes encontra-se comprometida, o que pode repercutir no estado de sua saúde.

Palavras-Chave: Saúde do professor, Práticas integrativas, Terapia floral, Florais de Saint Germain.

I. INTRODUÇÃO

Há muito tempo discute-se o conceito de saúde como não sendo apenas a ausência de doença envolvendo muitos outros aspectos em seu entendimento. As discussões sobre o tema levaram a revisão e atualização do conceito pela Organização Mundial de Saúde (OMS), dando origem ao conceito ampliado de saúde, em 1946, descrito pelo órgão como completo bem-estar físico, mental e social. “Desde então, a saúde vem sendo associada diretamente à qualidade de vida enquanto percepção do indivíduo de sua posição na vida no contexto da cultura e sistema de valores nos quais ele

vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações. Para tanto, é necessário que a lógica da atenção à saúde seja alicerçada na promoção à saúde, onde os recursos e pesquisas estejam voltados para mudar a postura de indivíduos, criando uma população mais saudável”. (SOUSA; SOUSA, 2007, p 2)

Neste sentido, com a intenção de ampliar o cuidado em saúde, o Brasil a partir do ano de 2006, instituiu a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que possibilita abordagens de cuidado integral pelo SUS à população por meio de práticas que envolvem recursos terapêuticos diversos, além da medicina tida como tradicional. Evidências científicas têm mostrado os benefícios do tratamento integrado entre medicina convencional e práticas integrativas e complementares (BRASIL, 2019).

Desde a implantação, o acesso dos usuários tem crescido e no ano de 2018, por meio da portaria n ° 702, o Ministério da Saúde ampliou as modalidades de atendimentos terapêuticos disponíveis incluindo, entre elas, a terapia de florais.

As essências florais são extratos líquidos naturais, inodoros e altamente diluídos de flores que se destinam ao equilíbrio dos problemas emocionais, operando em níveis sutis e harmonizando a pessoa internamente e no meio em que vive. Está fundamentada em um paradigma holístico, cuja divisão cartesiana entre corpo e mente é superada por uma perspectiva que integra esses dois elementos. Identifica-se a emoção positiva como essencial para se estabelecer a saúde, e o estado negativo para estimular doenças. (BRASIL, 2020)

O método, desenvolvido pelo médico inglês dr. Edward Bach na década de 30, não atua devido à composição química do líquido, e sim por causa das energias vitais provenientes da planta. Essas energias da planta atuam através dos vários campos de energia humanos, influenciando e tratando questões do bem-estar emocional, e da saúde do corpo-mente. (NEVES et al, 2010)

No Brasil, entre outros sistemas florais, contamos com o sistema Florais de Saint Germain, desde 1996, sintonizado por Neide Margonari e amplamente utilizado desde então, sendo fabricado a partir de plantas nativas nacionais, seguindo os preceitos definidos pelo Dr Edward Bach. O sistema é composto 89 essências individuais e 17 fórmulas compostas. Por ser um sistema nacional, o acesso se torna fácil e possibilita um bom custo benefício na sua utilização.

O processo de globalização que a sociedade atual vive impõe um ritmo acelerado de produção tecnológica e altera de maneira profunda as relações desenvolvidas no

mundo do trabalho, provocando, por consequência, queda crescente na qualidade de vida da população trabalhadora. A escola é um ambiente também afetado por essa condição, sofrendo os impactos das mudanças políticas, tecnológicas e econômicas decorrentes da globalização. Nesse contexto, o ambiente escolar não foge à regra capitalista e uma das categorias profissionais que mais tem sido exigida é a dos professores, com importante intensificação do ritmo de trabalho (ROCHA; FERNANDES, 2008).

A docência é uma das profissões consideradas com maior carga de estresse. Estudos demonstram que o professor - principalmente o que leciona no ensino fundamental - tem sofrido mudanças pessoais, sociais e econômicas nas últimas décadas, vivenciando situações diversas, como sensação de desvalorização profissional e complexidade da rapidez de informações, fatores que podem interferir na qualidade de vida desse profissional, conduzindo-o a um estresse intenso e constante (VALE; AGUILERA, 2016).

No estudo: Efetividade da terapia floral no estresse docente à luz da teoria de Betty Neuman, Pinto (2019, p 108) concluiu que “os professores voluntários da pesquisa se beneficiaram ao reduzir seus níveis de estresse e, durante o processo, foram melhorando suas emoções e virtudes melhorando o seu empoderamento necessário para tornarem-se autores de suas decisões e atuarem de forma mais plena em sua profissão.”

Buscar formas de melhorar a qualidade de vida desses profissionais significa melhorar indiretamente a relação professor-aluno e o processo de ensino-aprendizagem (GOMES, 2013; PINTO, 2019.)

Assim, acredita-se que a terapia floral com os Florais de Saint Germain pode causar um impacto positivo na saúde dos professores melhorando como um todo sua qualidade de vida e, conseqüentemente, todo o processo em que estão envolvidos.

II. OBJETIVO E QUESTÃO PROBLEMA

Considerando a docência como uma profissão de grande importância, porém, que tem sido desvalorizada e tida como uma das profissões com maior carga de estresse para o indivíduo, e unindo isso ao fato de que o uso de terapias complementares tem se mostrado uma boa alternativa no cuidado em saúde, acredita-se que o uso da terapia floral pode melhorar a saúde e qualidade de vida desses profissionais.

Assim, este trabalho tem por objetivo observar o impacto da terapia floral na saúde dos professores de ensino fundamental a partir da autopercepção de saúde.

III. DESCRIÇÃO DE MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo foi realizado entre professores do Ensino Fundamental de uma escola particular da zona urbana do município de Londrina – PR, e consiste em duas etapas. Todos os participantes foram informados sobre os objetivos da pesquisa, por meio do Termo de Consentimento Livre Esclarecido, que firmaram ao aceitarem integrar a pesquisa. Na primeira etapa, foram aplicados questionários de percepção de saúde (SF36), com o uso da ferramenta Google Forms, que possibilitaram um panorama descritivo das condições de saúde.

Na segunda etapa, os participantes farão uso da fórmula floral Emergencial do Sistema brasileiro Florais de Saint Germain. A escolha dessa fórmula deu-se pela sua indicação de uso descrita pelo fabricante como sendo: “Fórmula floral que contém altíssima potência energética regeneradora, tem o poder de nos conectar de forma rápida com os níveis superiores. Seu uso é indicado nas emergências em que surgem drásticos desalinhos e comprometimentos dos corpos físico e/ou suprafísicos causados por acidentes, acidentes violentos com traumas físicos (buscar ajuda médica), traumas emocionais, notícias ruins, perdas irreparáveis por morte ou partida, violações, em situações de grande desespero, confusão mental, catástrofes, etc..”

Assim a escolha pela fórmula abrange, além do contexto habitualmente estressante para o exercício da profissão “professor”, o suporte para o contexto atual de realizar suas atividades vivenciando uma pandemia e suas implicações.

As fórmulas foram manipuladas por farmácia especializada, seguindo todas as recomendações de segurança. A forma de uso foi padronizada em 8 gotas, duas vezes ao dia, para todos os participantes, de acordo com a recomendação do Sistema Florais de Saint Germain. Após esse período, um novo questionário de percepção de saúde será aplicado e os dados obtidos serão comparados aos da primeira etapa.

Nesse segundo momento, será feita a avaliação por domínios proposta pelo formato do questionário SF 36. Os dados serão analisados contemplando: Capacidade Funcional; Limitação por aspectos físicos; Dor; Estado Geral de Saúde; Vitalidade; Aspectos Sociais; Limitação por aspectos emocionais; e Saúde Mental.

IV. RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Participaram da primeira fase da pesquisa 8 professores, dos quais 62,5% são do sexo feminino, 50% com pós graduação incompleta, 62,5% brancos e 50% com renda familiar entre R\$ 3.000,00 e R\$5.000,00.

Sobre a terapia floral, 87,5% conheciam ou já tinham ouvido falar nessa prática terapêutica, e 50% afirmaram nunca ter utilizado essências florais.

Em relação à autopercepção de saúde, ainda que em resposta à questão “ Em geral, você diria que sua saúde é:” , 75 % dos participantes tenham dito que consideram sua saúde boa, no desdobramento das questões que avaliaram a percepção de saúde, 75% referiram sua saúde como um pouco pior agora do que há um ano (Gráfico 1) e 75% dos participantes disseram ter suas atividades sociais normais afetadas por sua saúde física ou problemas emocionais recentemente (25% entre “bastante afetada” e “extremamente afetada” e 50% “moderadamente afetada”).(Gráfico 2)



Gráfico 1: Distribuição dos participantes segundo autopercepção da saúde atualmente em relação há um ano.
Fonte: Autor

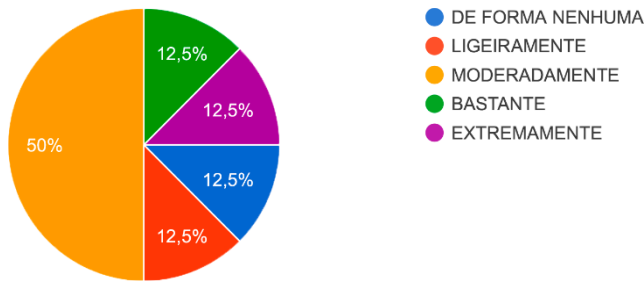


Gráfico 2: Distribuição dos participantes em relação a autopercepção de interferência nas atividades sociais normais pela condição de saúde física ou problemas emocionais. Fonte: Autor

Quando questionados “Quanta dor no corpo você teve nas últimas quatro semanas?”, 87,5% disseram ter sentido dor, sendo referida dor grave (25%); moderada (50%) e leve (12,5%).

Ainda em relação à dor, 75% dos professores relataram perceber interferência da dor no desempenho do seu trabalho. (Gráfico 3)

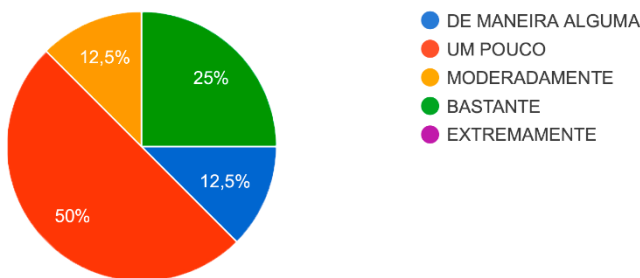


Gráfico 3: Distribuição dos participantes em relação à autopercepção de interferência da presença de dor no desempenho do seu trabalho.
Fonte: Autor

A tabela a seguir apresenta as respostas à questão: “Durante as últimas quatro semanas, você teve algum dos seguintes problemas com o seu trabalho ou outra atividade regular diária, como consequência de algum problema emocional (como sentir-se deprimido ou ansioso)?” (Tabela 1)

Tabela 1: Distribuição em relação à questão “Problemas com o trabalho e outras atividades regulares diárias como consequência de algum problema emocional (como sentir-se deprimido ou ansioso).”

	SIM (%)	NÃO (%)	TOTAL (%)
Você diminuiu a quantidade de tempo por que se dedicava ao seu trabalho ou às outras atividades?	5 (62,5%)	3 (37,5%)	8 (100%)
Realizou menos tarefas do que gostaria?	6 (75%)	2 (25%)	8 (100%)
Não trabalhou ou não fez quaisquer atividades com tanto cuidado como geralmente faz?	5 (62,5%)	3 (37,5%)	8 (100%)

Fonte: Autor

A maioria dos participantes relatou sentir-se afetado em suas relações mais próximas (familiares, vizinhos, amigos e grupos), por sua saúde física ou problemas emocionais (Gráfico 4).

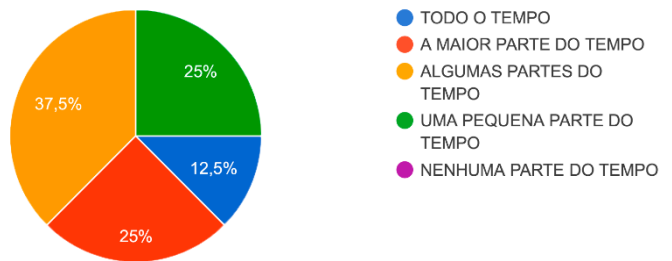


Gráfico 4: Distribuição dos participantes em relação à autopercepção de interferência nas atividades sociais com família, vizinhos, amigos e grupos, pela condição de saúde física ou problemas emocionais.
Fonte: Autor

V – CONCLUSÃO

A partir dos dados obtidos na primeira etapa do projeto, observou-se que a qualidade de vida da população estudada encontra-se comprometida, o que pode repercutir no estado de saúde de tais indivíduos.

VI - REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL; 2017. Práticas Integrativas E Complementares (Pics) – Quais São E Para Que Servem. <http://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/praticas-integrativas-e-complementares>. Acesso Em 23/08/2019.

BRASIL;2018. Ministério Da Saúde Inclui 10 Novas Práticas Integrativas No Sus. <http://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/42737-ministerio-da-saude-inclui-10-novas-praticas-integrativas-no-sus>. Acesso Em 23/08/2018

BRASIL, 2019. CRESCE 46% PROCURA POR PRÁTICAS INTEGRATIVAS COMPLEMENTARES NO SUS. DISPONÍVEL EM: < 15/03/2019 EM [HTTPS://WWW.GOV.BR/SAUDE/PT-BR/ASSUNTOS/NOTICIAS/CRESCE-46-PROCURA-POR-PRATICAS-INTEGRATIVAS-NO-SUS-2.](https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/cresce-46-procura-por-praticas-integrativas-no-sus-2)>ACESSO EM 23/08/2019.

GOMES, A.S et al. Habilidades Sociais E Estresse: Um Estudo Com Professores Do Ensino Fundamental De Escolas Públicas. Revista Polêmica, v. 12, n. 4 (2013). Disponível em: <[https://www.epublicacoes.uerj.br/ojs/index.php/polemica/article/view/8640/6606.](https://www.epublicacoes.uerj.br/ojs/index.php/polemica/article/view/8640/6606)> Acesso em: 10/05/2020.

MARGONARI, Neide. Florais de São Germain: Repertório Dicionário.São Paulo: Edições Florais de São Germain.

MARGORANI, Neide. Florais de Saint Germain – Os Doze Raios Divinos. São Paulo. Edições Florais de São Germain, 1999.

NEVES, L.C.P et al. A integralidade na Terapia Floral e a viabilidade de sua inserção no Sistema Único de Saúde. O Mundo da Saúde, São Paulo: 2010;34(1):57-64. Disponível em:http://www.saocamilo.sp.br/pdf/mundo_saude/74/07_original_integridade.pdf. Acesso em 15/05/2020.

PINTO, R.H; UNIVERSIDADE FEDERAL DE PERNAMBUCO, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem do Centro de Ciências da Saúde. EFETIVIDADE DA TERAPIA FLORAL NO ESTRESSE DOCENTE À LUZ DA TEORIA DE BETTY NEUMAN. Recife, 2019. 199p. Tese (Doutorado).Disponível em:< <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/33882>> Acesso em: 10/05/2020.

ROCHA, V.M; FERNADES M.H. Qualidade de vida de professores do ensino fundamental: uma perspectiva para a promoção da saúde do trabalhador. J Bras Psiquiatr. 2008;57(1):23-27.Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0308/pdfs/IS28\(3\)082.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0308/pdfs/IS28(3)082.pdf). Acesso em 15/05/2020.

SOUSA, A.A; SOUSA, M.S. Florais De Saint Germain Para Melhor Qualidade De Vida Dos Usuáriosdo Programa De Saúde Da Família (Psf) – Ipês – João Pessoa/Pb. Centro de Ciências da Saúde/Núcleo de Estudos e Pesquisas Homeopáticas e fitoterápicas/EXTENSÃO.2007. Disponível em:<<http://www.prac.ufpb.br/anais/IXEnx/extendensao/documentos/anais/6.SAÚDE/6CCSNEPHFPEX01.pdf>>. Acesso em 10/05/2020.

VALE, P.C.S; AGUILLERA, F. Estresse Dos Professores De Ensino Fundamental Em Escolas Públicas: uma revisão de literatura. · Revista Psicologia, Diversidade e Saúde, Salvador. 2016;5(1): 86-94. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/712/595>. Acesso em: 16/05/2020.