

RESUMO SIMPLES - EIXO 2: SAÚDE COLETIVA, POLÍTICAS PÚBLICAS E
PRÁTICAS INTERDISCIPLINARES EM SAÚDE

**FLORAIS DO SERTÃO COMO ESTRATÉGIA COMPLEMENTAR NO
CUIDADO À SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS**

Paulo Arthur Holanda Façanha (pauloarthur09@hotmail.com)

Carolina Maria De Lima Carvalho (carolinacarvalho@unilab.edu.br)

Eysler Gonçalves Maia Brasil (eyslerbrasil@unilab.edu.br)

Ângela Jurgeu Dias André (angelaandre471@gmail.com)

Ruth Viana Passos (ruthviana228@gmail.com)

Introdução: A terapia floral constitui uma prática complementar voltada ao equilíbrio emocional, fundamentada na premissa de que a desarmonia subjetiva antecede as patologias. Dentre os sistemas existentes, destacam-se os Florais do Sertão, compostos por 12 essências de plantas do semiárido brasileiro, também foi elaborada o floral do Equilibrium, composição que une cinco desses florais, trata-se de uma fórmula harmônica, este tem como ação o equilíbrio mental, físico e psicológico. Acredita-se que essa terapia pode auxiliar na promoção da saúde mental de universitários expostos a constantes estressores. Objetivo: Conhecer as principais queixas relatadas pelos universitários e oferecer os Florais do Sertão como uma estratégia alternativa de cuidado.

Método: Trata-se de uma pesquisa de campo, de natureza descritiva e exploratória, com abordagem qualiquantitativa. Realizada em uma Universidade pública no Ceará, onde participaram 22 estudantes dos cursos de Enfermagem e Farmácia, selecionados por um formulário, após a seleção foi elaborado um floral de acordo com as necessidades de cada um, posteriormente houve o retorno para relatar os efeitos. O estudo cumpriu a Resolução 466/12, do CNS, sob o parecer do projeto nº 7.032.805. Resultados: Dentre os estudantes, 12 se autodeclararam que sofriam de estresse e ansiedade ou insônia e relataram melhora nestes sintomas com o uso diário dos Florais. Constatou-se que dos 22 alunos, 45,4% fizeram o uso do floral do Equilibrium, e 54,5% fizeram o uso de outras formulações com mais de um floral. Conclusão: Conclui-se que os Florais do Sertão demonstraram potencial como estratégia complementar no cuidado à saúde mental. A alta utilização da fórmula Equilibrium e de outras composições combinadas indicou um elevado número de problemas relacionados à saúde mental. Nesse contexto, a terapia floral se apresenta como uma abordagem integrativa promissora pelo baixo custo, individualidade e simplicidade diante das demandas acadêmicas.

Palavras-chave: terapia floral; saúde mental; terapias complementares; estudantes.