O POTENCIAL TERAPÊUTICO DOS FLORAIS DO SERTÃO COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS

Ângela Jurgeu Dias André[1]
Paulo Arthur Holanda Facanha [2]
Maria Karoline Sampaio Martins[3]
Carolina Maria De Lima Carvalho[4]

RESUMO

A terapia floral é uma prática integrativa voltada ao equilíbrio emocional e à promoção da saúde mental. Este estudo objetivou avaliar a Terapia Florais do Sertão como estratégia de cuidado à saúde mental de estudantes universitários, analisando seus efeitos e a percepção de eficácia. Tratou-se de um estudo descritivo com abordagem quali-quantitativa realizado em uma universidade pública do município de Redenção, Ceará, envolvendo acadêmicos de enfermagem e farmácia do 2º ao 8º semestre. Foram aplicados instrumentos para caracterização sociodemográfica, identificação de queixas emocionais e avaliação do impacto do uso dos florais. A coleta ocorreu entre abril e junho de 2025, incluindo 22 participantes que compareceram aos encontros mensais individuais. Os dados revelaram que a maioria apresentou queixas de estresse, ansiedade e dificuldade de concentração antes da intervenção. Após o uso dos florais, 93,75% dos participantes recomendariam a terapia e 50% atribuíram nota igual ou superior a 8 para sua eficácia, enquanto relatos qualitativos indicaram melhora no bem-estar, maior tranquilidade e foco. Efeitos adversos foram mínimos e incluíram sonolência e desconforto leve em 14,2% dos casos. Apesar da boa aceitação e dos benefícios percebidos, observou-se variação individual nas respostas e desistência de alguns participantes por ausência de mudanças significativas ou outras razões pessoais. Conclui-se que os Florais do Sertão constituem uma alternativa complementar promissora no manejo de desarmonias emocionais, favorecendo o equilíbrio psicológico e a autorregulação emocional, embora estudos com amostras maiores e acompanhamento prolongado sejam necessários para fortalecer a base científica dessa prática. Agradece-se à Fundação Cearense de Apoio ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico (Funcap) pelo financiamento da pesquisa intitulada “POTENCIAL TERAPÊUTICO DOS FLORAIS DO SERTÃO COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO DA SAÚDE MENTAL DE UNIVERSITÁRIOS”, executada entre 01/09/2024 e 30/09/2025, por meio do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic) e Tecnológica (Pibiti), da Unilab.

Palavras-chave: saúde mental; terapia floral; práticas integrativas; estudantes universitários.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de ciências da saúde, Discente, angelaandre471@gmail.com[1]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de ciências da saúde, Discente, pauloarthur09@hotmail.com[2]
Instituto de ciências da saúde, Instituto de ciências da saúde, Discente, enfakarolinemartins@gmail.com[3]
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de ciências da saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br[4]

ISSN: 2447-6161