

# Gotas de esperança: uso de Florais de Bach em tempos de pandemia da COVID-19

SILVA JPL<sup>1</sup>, MORAIS MST<sup>1</sup>

[jplopes\\_pb@hotmail.com](mailto:jplopes_pb@hotmail.com)

1. Universidade Federal da Paraíba – UFPB

PALAVRAS-CHAVE: Terapia Floral. Florais de Bach. Isolamento social. SARS-COV-2.

**INTRODUÇÃO:** A pandemia da COVID-19 tem trazido alguns desafios a humanidade. A Organização Mundial da Saúde (OMS) recomendou medidas sanitárias como: isolamento social, uso de máscaras e lavagem das mãos, como estratégias mais eficientes para evitar contaminação e mortes, visto não existir tratamento precoce comprovadamente eficaz até o momento. Apesar de ser uma medida necessária, o distanciamento social por longos períodos tem afetado não apenas a saúde física das pessoas, mas também, a saúde mental, trazendo sentimentos e emoções como: ansiedade, estresse, medo, tristeza, insegurança e aumento de sentimentos depressivos. Assim, cuidar do corpo e da mente tornou-se complexo, pois não envolve só o orgânico, mas o emocional, mental e espiritual. Nesse contexto, as Terapias Integrativas e Complementares emergem como possibilidades terapêuticas que podem contribuir para o equilíbrio das emoções e sentimentos. Dentre as terapias integrativas recomendadas, a Terapia Floral tem sido uma grande aliada para o equilíbrio dos sentimentos e emoções. Os Florais de Bach atuam no campo energético e auxilia na restauração da paz, harmonia e equilíbrio do ser humano. Objetivo: Descrever os rebatimentos do uso da Terapia Floral em usuários submetidos ao isolamento social da pandemia do COVID-19.

**METODOLOGIA:** Estudo descritivo com abordagem qualitativa, realizado com usuários do projeto de extensão em Terapia Floral da Universidade Federal da Paraíba-UFPB, através de teleatendimento realizado entre julho a novembro de 2020. Os usuários foram assistidos por 20 terapeutas florais, com horário agendado, por meio de chamada de vídeo ou chat no WhatsApp ou pelo Skype. Os dados foram colhidos através do banco de dados do projeto de extensão e analisados conforme Análise de Conteúdo proposto por Bardin. O projeto foi aprovado pelo CEP do Centro de Ciências Médicas da UFPB, sob CAAE: 31543820.9.0000.8069.

**RESULTADOS:** Os Florais de Bach fazem parte de um campo emergente de terapias vibracionais que atua no cuidado ao indivíduo e não da doença, harmonizando sua condição emocional e estimulando seu próprio potencial de autocura. O projeto de extensão atendeu cerca de 511 usuários, sendo 292 participantes novos e 219 que procuraram retorno do atendimento. A população de estudo foi composta por pessoas jovens com idade entre 20 e 40 anos, sendo a maioria do sexo feminino. Constatou que a maioria dos usuários estavam seguindo as recomendações de isolamento social proposto pela OMS, por medo de se contaminarem com o vírus da SARS-COV-2. A maior procura pelo uso dos florais estava relacionada a sentimentos e emoções, como: ansiedade, medo, insegurança e insônia. Foi relatado que o isolamento afetou a saúde, aumentando os desequilíbrios dos sentimentos e emoções. Destaca-se que os usuários que buscaram retorno, evidenciaram que a Terapia Floral trouxe conforto e equilíbrio, melhorando sua qualidade de vida.

**CONCLUSÃO:** As essências florais ampliam o cuidado, proporcionando equilíbrio interno, potencializando o autoprotagonismo no autocuidado frente às demandas para recuperar o equilíbrio interno e sustentar os desequilíbrios emocionais e energéticos. No presente estudo, evidenciamos melhoria na modulação de sentimentos e emoções na maioria da população usuária da Terapia Floral no período da pesquisa.