

O USO DE FLORAIS DO SERTÃO COMO ESTRATÉGIA PARA SAÚDE MENTAL OCUPACIONAL DE FUNCIONÁRIOS EM UMA UNIVERSIDADE FEDERAL

Paulo Arthur Holanda Façanha¹
Ângela Jurgeu Dias André²
Carolina Maria De Lima Carvalho³

RESUMO

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde como “um estado de completo bem estar físico mental e social” assim enfatizando o conceito holístico, como ser único e íntegro. Dessa forma a sociedade reflete o conceito de estar saudável como um todo. Surgem então os Florais do Sertão como uma estratégia de cuidado à saúde mental e promoção do autocuidado, onde é considerado uma Prática Integrativa e Complementar em Saúde pelo Ministério da Saúde, eles compõem um conjunto de 12 essências de plantas do nordeste brasileiro como; Cajueiro, Torém, Chanana, Mandacaru, Marmeleiro, Sabiá, Angico, Catingueira, Jucá, Jurema Branca, Espinheiro e Macunã. A composição dos florais da pesquisa foram elaboradas de acordo com as escolhas e respostas de cada participante da pesquisa. Trata-se de um estudo de abordagem qualitativa, realizado na Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), em Redenção-CE, com 17 servidores (técnicos-administrativos e terceirizados). A divulgação ocorreu de forma presencial e a seleção dos voluntários seguiu os critérios de inclusão, exclusão e o interesse em utilizar a terapia floral. Na etapa inicial, realizaram-se encontros individuais para a coleta de dados socioeconômicos, aplicação de escalas de estresse e prescrição dos florais personalizados. Após um mês de acompanhamento e uso da terapia, aplicou-se um instrumento com nove perguntas para avaliar os efeitos percebidos pelos participantes. Após análise dos dados dos florais, notou-se que a insatisfação dos participantes com sua saúde mental, além desse fato também foi possível observar a predominância de múltiplas escolhas de essências, onde na qual somente 3 participantes (17%) escolheram 2 ou menos essências e os outros 14 participantes (83%) escolheram 3 ou mais essências, e desses 14 participantes 5 (35%) escolheram o floral do Equilibrium que é um floral utilizado por quem escolhe 6 ou mais essências, visto que o máximo de essências por participante é 6, e o Equilibrium é uma fórmula mais harmônica de todos os florais. Também foi notado que após 1 mês de uso, somente 1 participante relatou não ter percebido nenhuma mudança em sua qualidade de vida, enquanto outros 12 relataram ter tido mudanças positivas em sua qualidade de vida. Esses achados sugerem que os Florais do Sertão constituem uma estratégia promissora de suporte e incentivo ao autocuidado, contribuindo para a promoção da saúde mental e o bem-estar desses servidores. Agradeço ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pelo financiamento da pesquisa, por meio do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic) da Unilab. Grande área do CNPq: Ciências da Saúde. Em que medida o meu trabalho contribui para “Diversidade, Inclusão e Transformação Social”? O trabalho contribui para a temática ao promover a valorização da saúde mental e do autocuidado de servidores universitários, considerando suas necessidades e diferentes realidades no trabalho. A utilização dos Florais do Sertão também valoriza uma prática integrativa baseada em essências de plantas do Nordeste brasileiro, aproximando conhecimentos e práticas relacionadas ao contexto sociocultural regional.

Palavras-chave: Saúde mental; Florais do Sertão; Servidores.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, pauloarthur09@hotmail.com¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, angelaandre471@gmail.com²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br³