

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: RELATO DE EXPERIÊNCIA: AS CONTRIBUIÇÕES DA TERAPIA FLORAL NO PÓS-PANDEMIA

Relatoria: SIMÃO PEDRO SILVA DE ANDRADE

Autores:

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A terapia floral (TF) são essências que agem no nosso corpo vital, harmonizam padrões de personalidades e atua nas emoções. Assim, a filosofia de Edward Bach afirma que a saúde física depende do nosso estado de pensar, sentir e de como lidar com o emocional. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de um residente no projeto de extensão em Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no Cuidado da Universidade Federal da Paraíba (UFPB) através da oferta da TF para o corpo acadêmico e a comunidade externa, considerando os impactos da pandemia da covid-19 na saúde mental. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência desenvolvido no projeto PICS no Cuidado da UFPB realizado entre 2022 e 2023 no município de João Pessoa - PB. O projeto era composto por estudantes de graduação, pós graduação e profissionais que tinham formação em TF de Bach. Os atendimentos eram individuais e gratuitos nas modalidade presencial ou virtual. Os encontros para planejamento, discussão de casos e organização da agenda, ocorriam semanalmente, na qual, utilizávamos plataformas virtuais para armazenamento de dados e acompanhamento terapêutico, além das redes sociais para divulgação do projeto. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Diante da crise sanitária e os impactos biopsicossociais da pandemia, a sociedade atual necessita de abordagens de suporte e cuidados que visem a integralidade dos sujeitos. Neste olhar, a TF possui configurações energéticas que auxiliam na redução de sofrimentos psíquicos e diversas sintomatologias. De acordo com os relatos: estresse, ansiedade, fobias, pânico, tristeza, baixa auto estima, assim como, diversas queixas físicas: cefaleias, tensões, palpitações, agitação, constipação, entre outras, eram amenizados após o uso diário da TF. Ademais, o acolhimento e a escuta sensível são basilares para compreender as relações sócio-familiares e suas vulnerabilidades que marcam as personalidades e que influenciam nas manifestações psicossomáticas. O sistema floral de Bach mostra caminhos para o autoconhecimento, reduz conflitos interiores, desenvolve virtudes, inovação e vitalidade. **CONCLUSÃO:** Portanto, a TF é uma estratégia de cuidado potente que permite a redução das inquietações, desconfortos e sintomas, promovendo bem-estar e qualidade de vida. Aos extensionistas o projeto contribuiu para formação empática e sensível quanto ao uso de tecnologias leves que possibilitam um cuidado acessível e de baixo custo.