

CURSO DE ENFERMAGEM

Daniela Finatto de Vargas

**USO DE FLORAIS DE BACH COMO PRÁTICA INTEGRATIVA E
COMPLEMENTAR EM SERVIÇOS DE SAÚDE DA UNIVERSIDADE DE
SANTA CRUZ DO SUL**

Santa Cruz do Sul

2019

Daniela Finatto de Vargas

**USO DE FLORAIS DE BACH COMO PRÁTICA INTEGRATIVA E
COMPLEMENTAR EM SERVIÇO DE SAÚDE DA UNIVERSIDADE DE
SANTA CRUZ DO SUL**

Trabalho apresentado ao Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade de Santa Cruz do Sul, como requisito para aprovação na disciplina Trabalho de Curso II.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Ana Zoé Schilling.

Santa Cruz do Sul

2019

Santa Cruz do Sul, novembro de 2019

**USO DE FLORAIS DE BACH COMO PRÁTICA INTEGRATIVA E
COMPLEMENTAR EM SERVIÇO DE SAÚDE DA UNIVERSIDADE DE
SANTA CRUZ DO SUL**

Daniela Finatto de Vargas

Esta monografia foi submetida ao processo de avaliação pela Banca Examinadora.

Foi aprovada em sua versão final, em _____.

BANCA EXAMINADORA:

**Prof. Orientadora Dra. Ana Zoé
Schilling**

Prof. Dra. Analídia Rodolpho Petry

Prof. Ingre Paz

RESUMO

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PIC's) contribuíram certamente para a busca da integralidade da atenção à saúde, atuam principalmente na promoção de saúde e prevenção de doenças. Uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde mais utilizadas nos dias de hoje, são os Florais de Bach, sendo ofertado a partir de uma consulta com profissional especializado na área, apto a prescrever a essência floral conforme a necessidade apresentada pelo paciente. Este trabalho teve como objetivo principal, conhecer os benefícios da utilização de Florais de Bach como prática integrativa e complementar em pacientes do Serviço de Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul. Teve como metodologia, um estudo quali-quantitativo, sendo realizado através de uma pesquisa documental direta. A coleta de dados deu-se através de uma planilha, elaborada no programa *Microsoft Excel* 2016. O estudo foi realizado através de 25 prontuários (100%), dos pacientes que retornaram à consulta após utilizar o floral, por pelo menos duas vezes, com a finalidade de analisar se houve melhora nos sintomas com a utilização da essência a qual foi prescrita. Dos 25 sujeitos, 18 eram do sexo feminino. Como queixas foram constatadas com maior prevalência, os sujeitos que apresentaram ansiedade, sendo 19 (76%), 13 (52%) relataram autoestima baixa, 10 (40%) descreveram apresentar esgotamento mental. Dentre os 25 sujeitos, apenas um não relatou melhora nos sintomas. Conclui-se que, o índice de procura para o uso de florais com maior incidência foi do sexo feminino, com idades entre 21 a 40 anos. Constata-se que, a principal causa para uso de florais foi por motivos de ansiedade. O papel do profissional de Enfermagem obtém uma significativa relevância na interação das práticas integrativas e complementares na assistência, sendo possível que o Enfermeiro consiga visualizar o paciente como um todo.

Palavras-Chave: Atenção Básica de Saúde. Promoção de Saúde. Política Pública de Saúde.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Perfil dos sujeitos	18
Tabela 2 - Motivo da procura	20

LISTA DE ABREVIATURAS

APS	Atenção Primária de Saúde
CEP	Comitê de Ética e Pesquisa
MT\MCA	Medicina Tradicional e Complementar\alternativa
OMS	Organização Mundial da Saúde
PIC's	Práticas Integrativas e Complementares em Saúde
PNPIC's	Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares
SIS	Serviço Integrado de Saúde
SUS	Sistema Único de Saúde
UNISC	Universidade de Santa Cruz do Sul

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	7
2	REFERENCIAL TEÓRICO	9
2.1	Práticas integrativas e complementares	9
2.2	Florais de Bach: história, benefícios e utilização como prática complementar em saúde	13
3	METODOLOGIA	15
3.1	Tipo de pesquisa	15
3.2	Local da pesquisa	15
3.3	Sujeitos do estudo	16
3.4	Instrumento para coleta de dados	16
3.5	Procedimentos éticos	17
3.6	Análise dos dados	17
4	ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS	18
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	24
	REFERÊNCIAS	25
	ANEXO A - Planilha para coleta de dados	29

1 INTRODUÇÃO

No final do século XIX, houve a necessidade de integrar práticas de saúde não convencionais, favorecendo a integralidade na atenção à saúde. Diante disso, o Ministério da Saúde aprovou em 2006 a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC'S). Esta política veio atender, sobretudo, a necessidade de conhecer, apoiar, incorporar e implementar experiências que já vinham sendo desenvolvidas na rede pública de muitos municípios e estados.

A promoção da saúde, tal como a proposta das PIC's, tem sido vista como uma excelente prática de enfrentamento para os problemas de saúde que acometem a população usuária, articulando saber e prática na busca de uma construção de propostas viáveis para os problemas de saúde. As ações educativas são instrumentos de troca entre o saber e a prática, com o intuito de reconstruir comportamentos e atitudes (CERVERA; PARREIRA; GOULART, 2011).

Da mesma forma, as ações de educação permanente nos serviços de saúde contribuem na formação das Práticas integrativas em saúde. A união de diferentes paradigmas e práticas de cuidado na formação profissional em saúde pode contribuir para melhorar o relacionamento com usuários, ampliar a integralidade do cuidado e tornar o trabalho em saúde mais resolutivo. Isso indica que elas devem trazer efetividade à sua prática, visto que, eles têm investido tempo e recursos em formação e depois no exercício das PIC's. As PIC's podem ser inseridas na APS para ampliação do leque terapêutico, contribuindo para sua educação permanente (TESSER; SOUZA; NASCIMENTO, 2018).

O estudo das PIC's, bem como seus benefícios, contribuirá certamente também, para a busca da integralidade da atenção à saúde e para a redução dos gastos públicos, uma vez que as PIC's atuam principalmente na promoção de saúde e prevenção de doenças, ocorrendo à possibilidade de ser coadjuvante em tratamentos convencionais, possibilitando que sejam utilizados diversos métodos e técnicas simples e com baixo custo (TELESI JÚNIOR, 2016).

Os resultados do presente estudo poderão contribuir significativamente para a saúde de toda a população, tanto individual como coletivamente, no sentido de proporcionar a socialização de atividades que já estão sendo realizadas pelo serviço de saúde, de modo que seja proporcionada troca de saberes.

Esse estudo tem uma importante relevância para a Enfermagem, pois os Enfermeiros são os profissionais da área da saúde que mantêm contato maior com os usuários dos serviços de saúde, tendo grande potencial para detectar os problemas relacionados e desenvolver ações

assistenciais. A atuação do Enfermeiro na Atenção Primária de Saúde (APS) passa por pelo menos três processos: assistência, gerenciamento e educação. Esses processos são implementados de maneira contínua, visando uma boa relação com os cuidados oferecidos aos pacientes (BARBIANI; DALLA NORA; SCHAEFER, 2016).

O papel do profissional de Enfermagem obtém uma significativa relevância na pluralidade de atividades, que justifica a interação das práticas integrativas e complementares na assistência, sendo possível que o Enfermeiro consiga visualizar o paciente como um todo, e identificar o indivíduo doente, facilitando na detecção do diagnóstico, como também, no planejamento das intervenções que serão aplicadas aos pacientes assistidos.

É de extrema importância e essencial, que o profissional Enfermeiro assuma a condição de apropriação de algumas práticas integrativas e coloque-as em prática não somente em sua vida, mas também em benefício da sociedade (ALMEIDA et. al., 2018). Existem alguns desafios para aplicação das PIC's, sendo importante ressaltar a importância deste estudo a fim de melhorar o apoio da gestão local, ter maior valorização dessas práticas, bem como sua institucionalização, visando os benefícios trazidos pelos profissionais para as redes de acesso, contribuindo com o exercício da cidadania e também, com a implementação das políticas nacionais voltadas às PIC's (ZANELLA, 2018).

O presente estudo teve como objetivo geral, conhecer os benefícios da utilização de Florais de Bach, como prática integrativa e complementar, direcionado aos pacientes do Serviço de Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul. Seus objetivos específicos são: conhecer o perfil dos pacientes que utilizam os florais de Bach, identificar as principais causas apresentadas pelos pacientes para a utilização desta prática e verificar os benefícios percebidos pelos pacientes a partir da utilização dos Florais de Bach.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Práticas Integrativas e Complementares (PIC's)

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PIC's) são recursos terapêuticos complexos empregados para a promoção do amplo cuidado em saúde, valorizando a autonomia, cultura e o ambiente dos indivíduos. São métodos singulares de diagnóstico e tratamento, sendo baseados na natureza e aspectos naturais, tendo como objetivo, proporcionar um melhor bem estar físico, mental, social, emocional, espiritual, e energético, de certa forma são um conjunto de práticas não convencionais, estabelecendo promoção do cuidado humano, escuta acolhedora, vínculo terapêutico, sendo utilizados métodos eficazes e seguros (GUSTAVO, 2018).

Estas práticas promovem uma verdadeira ressignificação, na forma de acolher o usuário, obtendo uma nova forma de abordagem e de terapias, tornando uma perspectiva vitalista, focada no doente e não somente na doença. Diferente do modelo biomédico, as práticas integrativas analisam o usuário de forma singular na sua subjetividade, visando a implementação de métodos naturais, na prevenção e recuperação, ampliando uma visão do processo saúde-doença, atuando ativamente na promoção do cuidado, na melhora contínua e preventiva do estado de saúde (TESSER et al., 2018).

Nesse contexto, as PIC's foram instituídas como formas de cuidados e terapias oferecidas pelo Sistema Único de Saúde (SUS) a partir de 2006, dentro da “Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares” (PNPIC), a qual trata da necessidade de se conhecer, apoiar, incorporar e implementar experiências desenvolvidas na rede pública, consistindo em uma resposta ao desejo da população, manifestado nas recomendações de conferências nacionais de saúde, desde 1988. Vários Estados e Municípios se embasaram nas suas necessidades, para adotar e ampliar a oferta dessas novas formas de cuidado aos usuários da rede, principalmente na Atenção Primária à Saúde (APS), oferecendo diversas opções terapêuticas, e maior autonomia na escolha de seu tratamento de acordo com sua indicação técnica, suas crenças e preferências, objetivando um melhor bem-estar (BARROS, 2006).

A PNPIC no Sistema Único de Saúde (SUS) contempla sistemas de saúde complexos e recursos terapêuticos, os quais são também denominados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) de Medicina Tradicional e Complementar\Alternativa (MT\MCA). Esses sistemas e recursos envolvem abordagens que, buscam estimular os mecanismos naturais de prevenção, de agravos e recuperação da saúde, sendo utilizadas tecnologias eficazes e seguras, dando

ênfase na escuta acolhedora, no desenvolvimento do vínculo terapêutico e na integração do ser humano com o meio ambiente e a sociedade. Diversas abordagens estão direcionadas para uma melhor visão ampliada do processo saúde-doença e a promoção global do cuidado humano, especialmente do autocuidado.

As PIC's contribuem na ampliação das ofertas de cuidados em saúde, racionalização das ações de saúde, estimulando alternativas inovadoras e socialmente contributivas ao desenvolvimento sustentável aos usuários, incentivando o envolvimento responsável e continuado dos usuários, gestores e trabalhadores, nas diferentes instâncias, além de proporcionar maior resolutividade dos serviços de saúde (BARROS, 2006).

Conforme Gontijo (2017), as primeiras tentativas de implementação das PIC's ocorreram em 1988, com a institucionalização dos serviços de saúde no Brasil, pelas Resoluções nº 4, 5, 6, 7 e 8 de 1988, imposta pela Comissão Interministerial de Planejamento e Coordenação. Contudo, apenas em 1999, o Ministério da Saúde incluiu as consultas Médicas em Acupuntura e Homeopatia no Sistema Único de Saúde (SUS).

No dia 3 de maio de 2006, foi instituída a Portaria nº 971, em que o Conselho Nacional regulamentou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), na qual foram inseridas as seguintes práticas no SUS: acupuntura, plantas medicinais, fitoterapia, homeopatia e termalismo\crenoterapia, essas práticas trouxeram novas perspectivas (GONTIJO, 2017).

Segundo alguns autores, a estimulação nervosa é uma das técnicas mais utilizadas nos ensaios clínicos, como os efeitos analgésicos e clínicos da acupuntura sobre o sistema nervoso.

Estudos mostram a significativa efetividade da acupuntura no tratamento das disfunções temporomandibulares, osteoartrite, neuralgia do trigêmeo, gastrite, enxaqueca, doenças psicológicas, além de fraqueza muscular, hemiplegia e obesidade. As plantas medicinais possuem origem milenar no Brasil, as histórias da utilização de plantas no tratamento de doenças, são medidas caseiras frequentes e apresentam influências culturais (GONTIJO, 2017).

Conforme Zanella (2018), os profissionais que fazem parte do ciclo dessas práticas, consideram a abordagem holística na concepção de saúde e cuidado, relativas às PIC's como uma forma de diminuir efeitos colaterais das intervenções da medicina convencional e aumentar a satisfação do paciente. A efetivação pode favorecer a singularidade e a consideração dos usuários e suas famílias, aumentando a satisfação através da qualidade da atenção recebida.

Um dos benefícios que as PIC's agregam, é em relação as concepções de saúde e o cuidado, em que os profissionais de saúde acabam aderindo. Os profissionais que mantêm contato com as PIC's e essa ampliação de conhecimento podem contribuir para o reconhecimento respeitoso das diferentes racionalidades explicativas da saúde e cuidado, na perspectiva da interculturalidade na atenção à saúde e, nessa medida, contribuir para uma abordagem mais integral do processo saúde-doença (ANDRADE, 2018).

A PNPIC trouxe avanços para a saúde no Brasil pela normatização e institucionalização das experiências com essas práticas na rede pública, sendo que as práticas integrativas têm por objetivo, uma visão integral, mais humanizada, realizando ações de promoção e prevenção no tratamento de doenças. Um dos benefícios do manejo com as PIC's, são os meios terapêuticos mais simples e baratos, que possuem eficácia comprovada tornando possível a implementação das PIC's na Atenção Primária à Saúde (DACAL e SILVA, 2018).

A busca por terapias alternativas vem crescendo constatemente, sendo justificada pela atual objetividade da saúde pública, que promove gradualmente o distanciamento entre terapeuta-paciente, pela própria falta de resolutividade da medicina ocidental que busca apenas o tratamento das doenças, esquecendo de olhar e tratar o indivíduo como um todo (REIS, 2018).

Mesmo com estudos desenvolvidos sobre as PIC's em grande relevância, ainda é muito comum a visão preconceituosa em relação a este tema, e o não reconhecimento de suas contribuições no processo de cura. Esse preconceito pode estar aderido pelo desinteresse de muitos profissionais da saúde sobre tais práticas, sendo motivo da discriminação entre médico/paciente, até mesmo por colegas praticantes dessas especialidades, ou da redução atual dessas práticas (GONTIJO, 2017).

Normalmente, ofertam-se os serviços como auriculoterapia, acupuntura, fitoterapia, homeopatia, tratamentos antroposóficos, uso medicinal de fontes termais, de plantas e de águas minerais com características medicinais, dependendo da disponibilidade de recursos humanos, naturais e materiais (ZANELLA, 2018).

A acupuntura é uma das práticas integrativas e complementares pertencentes à medicina tradicional chinesa, nada mais é do que um conjunto de técnicas terapêuticas que estimulam pontos específicos do corpo e buscam uma abordagem holística, tratando o indivíduo como um todo, agindo tanto na promoção, prevenção, manutenção e recuperação da saúde. Em 2003 a Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgou e abordou várias doenças tratáveis pela acupuntura, com intuito de dar visibilidade e documentar como uma terapia segura e eficaz (CHIAPETTI, 2019).

Segundo Kurebayashi (2012), a auriculoterapia é uma das técnicas utilizadas na Medicina Tradicional Chinesa, adjunta à acupuntura, fitoterapia, massagem, moxabustão, ventosa, e exercícios físicos. Tem seus baseamentos definidos em certos preceitos distintos da medicina ocidental convencional, partindo de uma concepção do ser humano, entre mente, corpo e espírito, sendo que o organismo humano é abrangido como um campo de energia, e tal visão integrativa e sistêmica estão em consenso com o modelo denominado bioenergético, que se expande para todos os campos do conhecimento humano e também na saúde.

Estudos demonstram a efetividade da auriculoterapia na evolução de diversos quadros psicoemocionais, entre os benefícios, podemos referir alguns: diminuição do estresse e ansiedade, melhora nos transtornos generalizados da ansiedade, e de grande utilidade para profissionais da atenção básica como a hospitalar, devido a tensão do dia a dia (KUREBAYASHI, 2012).

Referente aos aspectos ético-legais da prática da acupuntura e auriculoterapia no Brasil, ressalta-se que o Conselho Federal de Enfermagem constituiu na Resolução nº 197/97 que diversas PIC's, entre elas a acupuntura e auriculoterapia, são particularidades do Enfermeiro. A partir do ano de 2006, a Portaria nº 971, do dia 3 de maio de 2006, aprovou a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), que determinou a acupuntura como uma prática multiprofissional, ou seja, uma especialidade de todas as classes profissionais de saúde de nível superior, avalizando a atuação do Enfermeiro acupunturista (KUREBAYASHI, 2012).

A auriculoterapia tem tido grande aceitabilidade, é segura e eficaz para diferentes condições do desequilíbrio energético, e tem sido reconhecida por seus efeitos positivos nos distúrbios físicos, psíquicos e mentais. Possui alto valor preventivo e terapêutico, podendo ser realizada de 10 a 20 minutos, utilizando diversos materiais de estimulação, invasivos e não invasivos (KUREBAYASHI, 2012).

Outra atividade utilizada com preferência nos serviços de saúde da atenção básica são as danças circulares. A dança é considerada uma das mais importantes execuções simbólicas humanas, sendo avaliada como uma das primeiras manifestações artísticas da humanidade. As danças circulares são feitas em roda e de mãos dadas, sendo descrita como uma modalidade de dança em grupo que favorece o desenvolvimento da consciência corporal, coordenação motora e sensibilização musical. Tem como propósito a vivência da cooperação, da alegria, da beleza e do amor fraterno (ANDRADA e SOUZA, 2015).

Também conhecida como Dança Circular Sagrada, é um excelente instrumento para o crescimento pessoal e para a educação da sensibilidade, além de oferecer inúmeras aplicações

nas áreas da arte-educação, saúde, trabalhos comunitários, gestão de pessoas e no desenvolvimento de habilidades e competências que favoreçam o trabalho em equipe (SAMPAIO, 2018).

Com grande aceitação, a meditação também é desenvolvida na atenção básica. Já são inúmeras comprovações científicas obtidas, a respeito do potencial que a meditação proporciona ao quesito de instrumento de autorregulação do organismo humano, assim como os benefícios que ela traz a saúde. Considerada uma prática capaz de produzir integração, entre o corpo, mente e espírito, que ajuda a pessoa a conquistar um equilíbrio, relaxamento e seu autocontrole, e também o desenvolvimento benéfico da consciência (SAMPAIO, 2018).

Inúmeras pesquisas que vêm sendo relacionadas a isso apontam que, a meditação auxilia no fortalecimento do sistema de defesa do organismo, no controle da insônia, depressão, fobias e de várias doenças psicossomáticas, proporcionando melhora na condição emocional, reduzindo a tensão, o stress e a ansiedade, protelando o envelhecimento das células pela redução dos processos inflamatórios. Um dos benefícios notáveis que a meditação ocasiona é a melhora da pressão arterial, assim regulando os seus níveis, fortalecimento da memória, concentração, raciocínio e criatividade (SAMPAIO, 2018).

Historicamente as Plantas Medicinais vem fazendo parte de práticas complementares em saúde pela população. As plantas medicinais possuem origem milenar no Brasil, as histórias da utilização de plantas no tratamento de doenças são medidas caseiras frequentes e apresenta influências culturais (GONTIJO, 2017).

2.2 Florais de Bach: história, benefícios e utilização como prática complementar em saúde

Uma das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde mais utilizadas nos dias de hoje, são os Florais de Bach, o qual é ofertado a partir de uma consulta com profissional com especializado na área e apto a prescrever a essência floral, conforme a necessidade apresentada pelo paciente. Quem descobriu as essências florais foi Dr. Bach, assim desenvolveu suas ideias a partir de sua experiência como médico, cirurgião, cientista, através de seu trabalho com vacinas e pesquisa homeopática. Por longo tempo esteve insatisfeito com as limitações, efeitos colaterais e a agressividade da medicina ortodoxa, advindos de suas experiências, trabalhando nas primeiras duas décadas do século passado. Ele acreditava que a homeopatia, descoberta pelo médico alemão Hahnemann no século 19, poderia ser

desenvolvida e refinada, tornando-se um sistema de cura totalmente seguro, delicado e inofensivo.

Seu objetivo era o de ajudar seus pacientes a recuperar sua saúde física, mental e emocional. Ele acreditava que uma pessoa adoecia, quando o seu corpo a partir de sua condição mental e emocional estava em desarmonia. A doença física deriva desta desarmonia. Dr. Bach foi operado de câncer quando jovem e não se esperava que sobrevivesse por mais de três meses. Para a surpresa de seus médicos, voltou a trabalhar logo após sua operação e continuou pesquisando, maneiras de auxiliar os outros a recuperarem sua saúde. Dr. Bach concluiu que é necessário: “tratar a pessoa e não a doença”.

No período de quase dois anos o Dr. Bach descobriu os primeiros florais, concluindo que há doze tipos de temperamentos básicos. Estes temperamentos podiam ser descritos por meio de estados de ânimo positivos e negativos. Para cada tipo de temperamento ele encontrou uma planta que representava as características negativas e positivas da pessoa.

Dr. Bach chamou estes Florais de Os Doze Curadores. Ele e seus colegas estavam conscientes da ligação com os doze meses do ano e com os 12 signos do zodíaco, que os astrólogos acreditam afetar nosso temperamento, dependendo do mês de nascimento, falou também a respeito destas conexões, mas não era um grande conhecedor de astrologia. Estava interessado na espiritualidade e fez muitas referências em seus escritos às grandes religiões do mundo. Cristo escolheu 12 apóstolos para levar avante seu trabalho, e isto pode ter influenciado a procura de Bach pelos Doze curadores.

A terapia floral usa as 38 essências preparadas com o intuito e prioridades terapêuticas, sendo agrupadas por 7 classes: para as pessoas que sentem medo, que sofrem de indecisão, que sentem solidão, para a falta de interesse no presente, para a hipersensibilidade a influências e opiniões, para o desalento ou desespero e para a excessiva preocupação com o bem-estar.

São extratos líquidos naturais e muito bem diluídos de flores, plantas e árvores do campo, que tratam desequilíbrios no sistema emocional e desordens da personalidade e não condições físicas. Podem ser usadas concomitantemente a outros tratamentos, além de não apresentarem efeitos colaterais (CARTER, 2016).

Em contrapartida, a terapia floral age no setor mais sutil do paciente, são extratos líquidos altamente diluídos de flores, plantas e arbustos, conhecidas também como “vibracionais”, que derivam a partir de uma esfera vibracional do contato das flores com a água e luz solar, harmonizando a pessoa com o meio em que vive (ROCHA, 2018).

3 METODOLOGIA

3.1 Tipo de pesquisa

O tipo de pesquisa proposta para este estudo foi quali-quantitativo. Este método também é chamado de método misto. De acordo com Santos et al. (2017), este tipo de pesquisa vem crescendo na área de saúde e principalmente na enfermagem. Justifica-se pela necessidade do estudo de fenômenos complexos nesta área. Há quatro situações que justificam o uso de métodos mistos.

A primeira situação constitui quando os conceitos são atualizados, e há insuficiente literatura disponível, obtendo precisão de exploração qualitativa antes de métodos quantitativos serem empregados. A segunda situação é quando os resultados de uma abordagem podem ser mais bem anotados com uma segunda fonte de documentos. A terceira situação é quando, por si só, nem a abordagem qualitativa, nem a abordagem quantitativa é suficiente para incluir o problema a ser avaliado. Por último, a quarta sugestão é quando as implicações quantitativas são de complexa interpretação e dados qualitativos podem auxiliar a compreendê-los (SANTOS et al., 2017).

Neste estudo, a interpretação dos resultados se adequou melhor, utilizando os dois métodos, sendo que apenas um método isolado era insuficiente para a compreensão do tema estudado.

A coleta de dados foi simultânea, e nela houve a integração dos dois tipos de pesquisa, tanto na análise dos dados, quanto na interpretação dos resultados. Para Creswell (2007), integração significa o pesquisador unir os dados.

3.2 Local da pesquisa

A pesquisa foi realizada no Serviço Integrado de Saúde (SIS), localizado no bloco 31 da Universidade de Santa Cruz do Sul - UNISC.

O Sistema Integrado de Saúde (SIS) é um espaço de pesquisa, ensino e extensão que se constitui num lugar de planejamento e execução de práticas clínicas e serviços de saúde, que trabalham no diagnóstico, tratamento, reabilitação e promoção de saúde.

O SIS foi o primeiro serviço de saúde na Universidade, criado em 1997, planejado com a missão de ofertar cuidado integral à saúde e estar conectado ao usuário e a comunidade, e entendendo o sujeito e a sociedade na sua ampla dimensão biopsicossocial. Busca fomentar a

integralidade através de um trabalho em equipe interdisciplinar, articulando ações em conjunto com a rede pública e privada de saúde, de assistência social, de educação e jurídica.

Ao longo desses 22 anos, o Serviço pode viabilizar vínculos, por meio dos quais os profissionais se deixam envolver e promovem o cuidado à saúde do sujeito. Com efeito, fomentam uma clínica que se amplia, colocando em parênteses o foco na doença e na eliminação do sintoma, centrando-se no sujeito ao promover uma ação sobre o seu adoecimento, viabilizando vias de resistências e de transformação. Portanto, promover saúde não é apenas prevenir o sofrimento, mas dotá-lo de novos sentidos, e dessa forma, fazer com que ela possa ser transformada em possibilidades potencializadoras e humanizadoras da vida.

O usuário pode ir até o serviço de saúde e agendar sua consulta, para obter a indicação do floral, ou ligando para o mesmo para realizar o agendamento. As consultas ocorrem todas as segundas-feiras, no turno da tarde. Nos casos em que o usuário não consegue na segunda-feira, pode ser marcado outro dia e horário, conforme estabelece a agenda da Enfermeira. A consulta é individual e o usuário passa por um acolhimento, relatando o que lhe trouxe para o serviço, o que ele está sentindo, e a partir disso a Enfermeira começa a anotar o que ele relata. Após isso, ela explica os motivos que a fizeram escolher as essências florais. Então ela prescreve o Floral de Bach, aguarda o retorno de 15 dias para a realização de uma nova consulta, fazendo uma nova avaliação de como o usuário se encontra, e o que ele relata, assim realizando nova prescrição com essências ou mantendo a mesma.

3.3 Sujeitos do estudo

Todos os pacientes que estejam ou estiveram em acompanhamento por pelo menos duas consultas de Enfermagem para a utilização de Florais de Bach, e que apresentaram retorno da primeira consulta, tendo como requisito ser de maior idade. Foram analisados 90 prontuários, porém somente 25 sujeitos tinham retornos registrados, totalizando assim, 25 sujeitos neste estudo.

3.4 Instrumento para coleta de dados

A coleta de dados deu-se através de uma planilha, elaborada no programa Microsoft Excel 2016, contendo as informações encontradas no prontuário: paciente, idade, sexo, motivo da procura para utilização do floral e benefícios percebidos após o uso dos Florais de Bach.

3.5 Procedimentos éticos

Como o estudo não entrou em contato com seres humanos, e utilizou apenas documentos, não foi necessária a aprovação do Comitê de Ética e Pesquisa (CEP), porém ressalta-se que os dados foram utilizados unicamente para fins deste estudo, mantendo-se em sigilo e sem identificação pessoal. Cada prontuário recebeu um código, que inicia com a letra P seguida de um número cardinal, exemplo: P1, P2, P3, até P25.

3.6 Análise dos dados

Devido ao estudo ser misto, e utilizando a estratégia de triangulação concomitante, a análise e interpretação dos dados ocorreram de forma conjunta. Esta estratégia integrou os resultados dos dois métodos na fase de interpretação (CRESWELL, 2007).

A análise de dados é de suma importância, pois através desta atividade pode ser observada a criatividade do pesquisador. Envolve a classificação e organização das informações coletadas, o estabelecimento das relações existentes entre os dados e quando necessário, o tratamento estatístico dos dados (PÁDUA, 2019).

Os dados dispostos na planilha, foram organizados em tabelas seguidos da análise.

4 ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS DADOS

As consultas com Florais de Bach são ofertadas no SIS, tendo agenda aberta todas as segundas-feiras nos turnos da tarde e noite, e horários em abertos para os demais dias, conforme disponibilidade do usuário. O SIS disponibiliza uma profissional Enfermeira, e a mesma, possui qualificação para realizar a consulta com florais, e a prescrição de enfermagem, a qual vai indicar quais essências são apropriadas para o usuário, conforme suas queixas. Após analisar e prescrever, o usuário manda manipular e conforme a prescrição qual a dose a ser utilizada, e quantas vezes ao dia deve ser usado.

Lembrando que em alguns casos, eles acabam não retornando para a consulta, pois às vezes manipulam a mesma receita de florais, conforme eles mesmos impõem, quando na verdade deveriam usar o Floral e em torno de 15 dias retornar à consulta, para avaliação dos sintomas, através do relato do usuário para saber se foi efetivo e trouxe melhoras, se necessita acrescentar uma nova essência, se pode ser mantida aquelas que já possuem, ou até mesmo realizar um novo floral.

A TABELA 1 a seguir, demonstra o perfil dos sujeitos, conforme encontrado no prontuário dos mesmos, assim obtendo a descrição conforme idade, sexo e o seu percentual, apontando qual a prevalência de idade e sexo com maior índice. Alguns prontuários tinham a data de nascimento, porém, para a pesquisa ficar mais adequada foi utilizado apenas a idade do sujeito ao invés de utilizar a data de nascimento.

Tabela 1 - Perfil dos sujeitos

Características	Especificações	N=25	%
Sexo	Feminino	18	72
	Masculino	7	28
Idade	10 à 20 anos	2	8
	21 à 31 anos	7	28
	31 à 40 anos	5	20
	41 à 50 anos	2	8
	<51 anos	6	24

Fonte: Dados da pesquisa realizada nos prontuários do SIS, pela autora em 2019.

O SIS vem realizando consultas com tratamento de florais desde o ano de 2016, e nesse período, até agosto de 2019, foram encontrados 90 prontuários, porém a pesquisa foi realizada através de retornos obtidos após o uso dos florais. Os totais da amostra foram 25 prontuários, ou seja, 65% da amostra que apresentaram retorno. A maior prevalência foi do sexo feminino com 72%, e idade entre 21 a 40 anos (48%).

Quanto a isso, vem a seguinte pergunta: Por que o sexo masculino é mais propenso a não buscar recursos na saúde - e quando acabam procurando ajuda, se encontram em um estágio mais avançado de uma possível patologia?

Sabemos que existem alguns estudos disponíveis que podem auxiliar nesse contexto, e que nos dias de hoje, é bem desenvolvida a promoção da saúde do homem, poderia ter uma disciplina a ser estudada com fins relacionados somente à saúde do homem. No ano de 2010 pesquisas apontavam que 49% da população brasileira era constituída por homens, e destes 46,8 entravam-se na fase adulta (25 a 59 anos). Dados epidemiológicos apontam que a cada três pessoas que morreram no Brasil, dois são do sexo masculino, respondendo por aproximadamente 60% dos óbitos no país (OLIVEIRA, 2015).

Ainda em relação ao sexo masculino, os fatores de risco associados a doenças crônicas relacionadas entre o período de 2006 a 2011, mostraram um aumento na prevalência de excesso de peso, obesidade e diabetes entre os homens. O Sistema Único de Saúde ao longo de sua história desenvolveu políticas que subsidiam ações de saúde para grupos específicos. Nesta perspectiva foi formulada em 2008 a política Nacional de Atenção Integral a Saúde do Homem (PNAISH), com vistas a nortear as ações de saúde, estimulando o autocuidado destes sujeitos, sobretudo em reconhecer a saúde como um direito social básico e de cidadania de todos os homens brasileiros. O adoecimento e cuidado de si são ações pouco valorizadas pelo homem, fato que acaba o afastando do acesso aos serviços de saúde (OLIVEIRA, 2015).

Estudos apontam a prevalência de morbimortalidade, que é mais elevada no sexo masculino do que no sexo feminino, nota-se que a presença de homens nos serviços de saúde da atenção primária é de índice mais baixo que do sexo feminino. Há autores que relatam em questão esse fato, apontando que o motivo seria a falta de socialização dos homens, e que o cuidado não é visto como uma prática masculina. O sexo masculino acaba padecendo mais em situações de condições severas e crônicas de saúde, do que as mulheres e também morrem mais do que elas pelas principais causas de morte (OLIVEIRA, 2015).

A TABELA 2 a seguir, aponta as causas que levaram os sujeitos a procurarem pela consulta de floral, sendo classificado em 10 características, e para se chegar a cada característica, foi preciso classificar as causas trazidas pelos usuários, como por exemplo: o sujeito que relatou estar com tristeza profunda e sem ânimo, foi classificado na característica depressão, alguns relataram ter a depressão, já outros apresentaram uma tristeza profunda, e assim para se chegar a uma característica definidora, foi preciso realizar um ajuste entre elas. A característica “Outros” se encaixa no sujeito que relatou estar frente a questões judiciais, e fogachos. Após, dois sujeitos relataram ter ou estar com infecção. Um deles disse que

apresenta com frequência infecção urinária e o outro relata estar com infecção intestinal. Dois sujeitos referem dor nas pernas e dor de estômago, assim obteve-se a característica dor.

Tabela 2 - Motivo da procura

Características	N=25	%
Ansiedade	19	76
Baixa Autoestima	13	52
Esgotamento Mental	10	40
Depressão	9	36
Síndrome do pânico	9	36
Falta de concentração	6	24
Possessividade	6	24
Insônia	4	16
Dor	2	8
Infecção	2	8
Luto	1	4
Outros	1	4

Fonte: Dados da pesquisa realizada nos prontuários do SIS, pela autora em 2019.

Os sujeitos que procuraram o Serviço Integrado de Saúde (SIS), tiveram muitas queixas em comum, obtendo como um índice bem elevado a ansiedade, sendo que no total dos 25 sujeitos, 19 apresentaram ansiedade, ou seja, 76%.

A ansiedade é ocasionada do *latim* “*anxius*”, marcada como agitação e angustia, além disso, de origem latina, que é proveniente da palavra “*agere*”, cuja definição expede ao mesmo que relacionar ao sufocamento ou estrangular, que a terminação se relaciona à sensação de sufoco, frequentemente descrito por sujeitos que têm ansiedade (ANDRADE, 2019).

Mostra-se como uma das dificuldades do século XXI. Considera-se que para diminuir a ansiedade, sendo este um dos males deste século, é verídico à efetivação de mais pesquisas submergindo está temática. Apesar disso nos dias de hoje, as pessoas acabam desfrutando das PIC's e buscando menos tratamento medicamentoso. Conforme o que foi encontrado nos prontuários, os sujeitos relataram obter vários benefícios após utilizar o floral, como por exemplo:

“Melhorou muito o humor, e diminuiu a ansiedade”. (P2).

“Diminuiu bastante a ansiedade”. (P11).

A ansiedade é um dos comportamentos mais relacionados com as doenças psicossomáticas, e a terapia Floral faz parte de um campo emergente de terapias vibracionais de característica não invasiva, assim trazendo muitos benefícios aos usuários que utilizam.

Sendo um deles o alívio da ansiedade e depressão, pois possui o propósito de harmonizar o corpo etérico emocional e mental. Para a associação Brasileira de Farmacêuticos Homeopáticos, essência floral é um suplemento integrativo para a saúde, elaborado com flores e outras partes vegetais, minerais e radiações de ambientes, obtida pelo método de extração solar, ambiental ou decoctiva, seguida de diluição. Ressaltam que os resultados obtidos e avaliados por muitos florais, trazem muitos benefícios, considerados tratamentos não agressivos, advindos da natureza, encontrado nas flores e sendo utilizados para doenças resultantes de conflitos entre a alma e a mente, que se desenraizariam com esforços mentais e espirituais (SALLES, 2012).

A ansiedade assinalada como, “sofrimento físico e psíquico, aflição, agonia, angustia, ânsia e nervosismo, obtendo um nível emocional anverso a um futuro arriscado e emocional, significativo frente a um futuro que traz incertezas e perigos, no qual um sujeito se sente impotente e indefeso” (ANDRADE, 2019).

Já em relação a depressão, evidenciada como uma das queixas, observamos que é uma das doenças mais atuais nos dias de hoje, e vem tendo um aumento considerável, e o suicídio é uma das suas consequências. O transtorno depressivo é um problema de saúde pública, podendo afetar indivíduos de diferentes faixas etárias. A depressão grave é o estágio mais extremo, sendo a principal influenciadora ao suicídio ou idealização suicida.

Uma série de fatores pode desencadear o suicida, como por exemplo, a doença mental, as discussões sobre esse tema vêm ganhando mais força, contudo tem um mês exclusivo para ser discutido (BRASIL, 2019).

O Esgotamento Mental é uma das causas de problemas graves, que se desenvolve muitas vezes pela Síndrome de Burnout e a depressão, pois ele se camufla na rotina de atividades, responsabilidade e compromisso da pessoa, e a faz confundir tudo isso com um cansaço passageiro. Considerada uma doença séria, e não pode ser tratada como um momento passageiro, já que desvenda vários problemas físicos e emocionais, afetando assim, a vida de forma sistêmica.

A terapia Floral pode ser utilizada em todas as especialidades da área da saúde, proporcionando o equilíbrio necessário ao indivíduo, tanto no seu aspecto preventivo como no curativo, em todas as fases do desenvolvimento humano. Assim sua ação será benéfica e harmonizadora na gravidez, no parto, no puerpério, no recém-nascido, na adolescência, na menopausa, em situações cirúrgicas, aspectos mentais e físicos, na própria equipe multidisciplinar, entre outros (JESUS, 2005). Bem como o autor traz na literatura,

encontramos em anotações no prontuário relatos de que, com o uso do floral, os seguintes benefícios foram evidenciados:

“Apresentou melhora em todos os sentidos”. (P16).

“A autoestima aumentou e diminuiu a ansiedade”. (P14).

Florais de Bach são essências energéticas e com o objetivo de transformar estados mentais e emocionais negativos em positivos, curam emoções, como o medo, a angústia a ansiedade, entre muitos outros problemas emocionais. Quando ingeridos adequadamente, essas substâncias são eficazes. Por outro lado, não foi encontrado estudo que comprovam a ineficiência do uso dos Florais de Bach (SALLES, 2012).

Como cada pessoa tem experiências e atitudes diferentes diante de uma mesma experiência, pode-se compor uma fórmula com os Florais que correspondem às emoções em cada caso. O desequilíbrio e a doença são vistos como um distúrbio de energia vital que reduz a resistência da pessoa, e toda vez que se altera algum desses aspectos e estruturas do ser humano. Contudo cada pessoa possui suas prioridades e conforme o relato da terapeuta através dos prontuários foi identificado que:

“Notou bastante diferença depois que começou a usar o floral, está mais confiante e tranquila”. (P15).

Percebe-se a necessidade de o sujeito passar pela consulta com terapeutas de florais e receber um específico para ser utilizado. É impossível haver uma fórmula única para todos os indivíduos, parte-se do princípio de que cada um percebe e reage ao mundo e às expectativas de maneira única. Entretanto, pode-se inferir que o medo, a ansiedade e a preocupação excessiva, entre outras emoções, afloram com maior frequência nos momentos em que o indivíduo enfrenta dificuldades, e que o uso dos florais auxilia no seu reequilíbrio emocional e mental. Essa terapia vai muito além de sintomas e queixas, é compreender a criatura humana em sua maravilhosa complexidade (JESUS, 2005).

Comprova-se que o uso dos florais vem auxiliando em relação aos sintomas, analisando-se as anotações de evolução nos prontuários estudados:

“P5: Sente-se menos angustiada, alívio da tristeza e dormindo melhor”.

“P22: Sente-se melhor, menos estressado, dorme bem, fazia tempo que não se sentia assim”.

Dentre os 25 pesquisados, consultando as evoluções a partir dos retornos, apenas um sujeito não relatou melhora, e outro relatou não perceber uma melhora significativa, como evidenciada nos prontuários:

“P4: Não percebeu muita diferença, mas pretende continuar com a fórmula que foi prescrita”.

“P21: Não percebeu melhora”.

A utilização dos Florais de Bach como terapia complementar na prática profissional do Enfermeiro, é um avanço frente às dificuldades e complexidades que hoje o indivíduo enfrenta na sociedade. Por ser possível sua aplicação em todas as especialidades da área da saúde, ela auxilia tanto na recuperação de doenças como prevenindo desequilíbrios de ordem emocional e mental, é de se esperar que a comunidade científica passe a cada vez mais aceitar por definitivo essa terapia, pois ela apresenta muitos benefícios associados com a utilização da terapia floral, e entre outras tantas práticas integrativas (JESUS, 2005).

Em um dos prontuários foi encontrado este relato:

“P6: Está menos agitada, e a relação com os outros melhorou”.

É de extrema importância ressaltar que o uso dos Florais de Bach não causa efeitos colaterais, embora possa demorar um pouco para dar o resultado desejado, e caso a prescrição tenha sido seguida conforme indicada, seu efeito será muito benéfico. Deve-se usar de maneira criteriosa, consciente e constantemente reflexiva, a terapia floral beneficia tanto os pacientes quanto a própria equipe de saúde, que nela tem uma oportunidade de ancorar o cuidado nos aspectos mais sutis (CIASCA, 2017).

Após avaliar mais um prontuário encontra-se mais uma evidência dos benefícios do floral:

“P12: Está mais paciente, e percebeu muita diferença nos sintomas que tinha, o floral está ajudando muito”.

Comprova-se que os Florais de Bach são capazes de manter aberto o canal de comunicação do eu superior e o eu inferior, sua utilização prepara o indivíduo para lidar com grandes e pequenos desafios da vida. As essências florais transmitem à inconsciente informação de resistência, importante para a mudança comportamental e emocional do paciente, proporcionando dessa forma a eliminação de quadros sintomáticos das patologias, tendo como resultado o equilíbrio da emoção buscando a consciência do seu interior com o mundo.

Levando em consideração que os desvios das emoções são provavelmente o alvo da atuação dos florais, sabe-se que as flores como qualquer ser vivo possui suas configurações energéticas, com isso quando ingerimos o floral, a energia da flor vibra de forma positiva para a necessidade de cada momento em que o indivíduo está vivendo, trazendo ao paciente memórias inatas de saúde e equilíbrio (ROCHA, 2018).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que, os Florais de Bach trazem muitos benefícios ao ser humano, desde que o mesmo utilize de forma correta e com auxílio de um profissional que possua especialização na área, e que faça parte das PICS, sendo que a mesma exerce uma admirável importância na saúde das pessoas, pois atua nos mecanismos de promoção da saúde, prevenção de agravos e de reabilitação. Os enfermeiros são profissionais de ênfase na implementação e uso das PIC's, uma vez que, os princípios de sua formação são equivalentes aos padrões desta ciência. Além do mais, têm respaldo legal para a atuação em serviços públicos e privados. Os Florais de Bach vêm se destacando cada dia mais, já possuem muitos estudos que apontam a sua eficácia, bem como seus benefícios, inclusive já existem profissionais da saúde com especialização nesta área, que tem uma relevante importância para a promoção da saúde.

Estas práticas promovem uma verdadeira ressignificação na forma de acolher o usuário, obtendo uma nova forma de abordagem e de terapias alternativas, trazendo uma perspectiva mais humanizada, focada no doente e não somente na doença. Um dos benefícios que as PIC's agregam, está na relação entre às concepções de saúde e o cuidado, contribuindo para o reconhecimento respeitoso das diferentes racionalidades explicativas da saúde e do cuidado, na perspectiva da interculturalidade na atenção à saúde e, nessa medida, contribuindo para uma abordagem mais integral do processo saúde-doença.

A afinidade entre essas terapias e a enfermagem, vem trazendo um aumento significativo no campo da saúde no mundo todo. O objetivo é agregar essas práticas terapêuticas para melhor atender toda a população, promovendo e garantindo um acolhimento humanizado e contínuo.

Considerando essa aproximação entre a enfermagem e as práticas terapêuticas, é fundamental que se adote a condição de apropriação de algumas práticas alternativas, legalmente instituídas e cientificamente comprovadas, realizando o gerenciamento das práticas, fazendo-se necessária e de suma importância a participação dos enfermeiros na divulgação das possibilidades terapêuticas e preventivas aos usuários.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, J. R. et al. O enfermeiro frente às práticas integrativas e complementares em saúde na estratégia de saúde da família. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 18, p. 77, 2019. Disponível em: <<https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/77>>. Acesso em: 5 set. 2019.
- ANDRADA, P. C.; SOUZA, V. L. T. Corpo e docência: a dança circular como promotora do desenvolvimento da consciência. *Revista Quadrimestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v. 19, n. 2, 359-368, mai./agos. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v19n2/2175-3539-pee-19-02-00359.pdf>>. Acesso em: 5 set. 2019.
- ANDRADE, João Vitor et al. ANSIEDADE: UM DOS PROBLEMAS DO SÉCULO XXI. *Revista de Saúde ReAGES*, v. 2, n. 4, p. 34-39, 2019. Disponível em: <<http://npu.faculdadeages.com.br/index.php/revistadesaude/article/view/220>>. Acesso em: 09 set. 2019.
- ANDRADE, Leonardo Prates et al. Percepção dos profissionais das unidades básicas de saúde sobre as práticas integrativas e complementares. *Revista de Psicologia*, v. 12, n. 42, p. 718-727, 2018. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1483>>. Acesso em: 11 out. 2019.
- BARBIANI, R.; DALLA NORA, C. R.; SCHAEFER, R. Práticas do enfermeiro no contexto da atenção básica: *scoping review*. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 24, p. 2721, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v24/pt_0104-1169-rlae-24-02721.pdf>. Acesso em: 11 out. 2019.
- BARROS, Nelson Filice de. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS: uma ação de inclusão. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 11, n. 3, p. 850-850, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232006000300034>. Acesso em: 11 out. 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde Mental. *Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção*. 18 set. 2019. Disponível em: <<http://saude.gov.br/saude-de-a-z/depressao/851-saude-mental>>. Acesso em: 13 agos. 2019.
- CARTER, Rachel. *Aprenda a usar Florais de Bach Healingherbs*. 4. ed. São Paulo: Blossom, 2016.
- CERVERA, D. P. P.; PARREIRA, B. D. M.; GOULART, B. F. Educação em saúde: percepção dos enfermeiros da atenção básica em Uberaba (MG). *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 16, p. 1547-1554, 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232011000700090>. Acesso em: 13 agos. 2019.
- CHIAPETTI, B. A. C.; MARCA, A. P.; COMPARIN, K. A. A acupuntura na percepção de indivíduos com hipertensão arterial atendidos em uma unidade de pronto atendimento. *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, v. 23, n. 1, 2019. Disponível em: <<https://www.revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/6776>>. Acesso em: 13 agos. 2019.

CIASCA, Eliana Cecília. *Arteterapia e depressão: efeitos da arteterapia como terapia complementar no tratamento da depressão em idosos*. 2017. Tese de Doutorado. Universidade de São Paulo, 2017.

CRESEWELL, J. W. *Projeto de pesquisa: métodos qualitativo, quantitativo e misto*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

DACAL, M. D. P. O.; SILVA, I. S. Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos. *Saúde em Debate*, v. 42, n. 118, p. 724-735, 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sdeb/v42n118/0103-1104-sdeb-42-118-0724.pdf>>. Acesso em: 13 out. 2019.

DAL LAGO, C. O. et al. Florais de Bach. *Mostra IFTec em Res.*, Caxias do Sul, n. 5, out. 2016. Disponível em: <file:///C:/Users/ma_g2/Downloads/2915-Texto%20do%20artigo-9522-1-10-20180419.pdf>. Acesso em: 27 out. 2019.

FERREIRA, Haroldo da Silva. *Redação de trabalhos acadêmicos nas Áreas das Ciências Biológicas e da Saúde*. Rio de Janeiro: Editora Rubio, 2011.

GIL, A. C. *Como elaborar projetos de pesquisa*. 5. ed. São Paulo: Editora Atlas, 2010.

GOLDIM, J. R. *Manual de iniciação à pesquisa em saúde*. 2. ed. Porto Alegre: Casa, 2000.

GOMES, R.; NASCIMENTO, E. F.; ARAÚJO, F. C. Por que os homens buscam menos os serviços de saúde do que as mulheres? As explicações de homens com baixa escolaridade e homens com ensino superior. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 23, p. 565-574, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0102-311X2007000300015&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 7 set. 2019.

GONTIJO, M. B. A.; NUNES, M. F. Práticas integrativas e complementares: conhecimento e credibilidade de profissionais do serviço público de saúde. *Trabalho, Educação e Saúde*, v. 15, n. 1, p. 301-320, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1981-77462017000100301&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 27 out. 2019.

GUSTAVO, L. C.; CORREA, A. A. M.; GUALTIERRE, A. Conhecimento, acessibilidade e aceitação das práticas integrativas e complementares por usuários do sistema único de saúde em Juiz de Fora-MG. *Revista Científica FAGOC-Saúde*, v. 3, n. 2, p. 9-15, 2018. Disponível em: <<http://revista.fagoc.br/index.php/saude/article/view/380>>. Acesso em: 13 out. 2019.

HELLMANN, F.; DRAGO, L. C. Termalismo e crenoterapia: potencialidades e desafios para a saúde coletiva no Brasil. *JMPHC - Journal of Management & Primary Health Care*, v. 8, n. 2, p. 309-321, 2017. Disponível em: <<http://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/541>>. Acesso em: 26 out. 2019.

IOZZI, G. M. et al. A aceitação da terapia homeopática em hospitais da Universidade Federal do Rio de Janeiro. *Vittalle - Revista de Ciências da Saúde*, v. 30, n. 1, p. 25-35, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.furg.br/vittalle/article/view/7435/0>>. Acesso em: 13 out. 2019.

JESUS, E. C.; NASCIMENTO, M. J. P. Florais de Bach: uma medicina natural na prática. *Rev Enferm UNISA*, v. 6, p. 32-7, 2005. Disponível em: <<http://www.ufjf.br/proplamed/files/2014/04/artigo-4.pdf>>. Acesso em: 13 out. 2019.

KUREBAYASHI, L. F. S. et al. Aplicabilidade da auriculoterapia com agulhas ou sementes para diminuição de estresse em profissionais de enfermagem. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 46, n. 1, p. 89-95, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000100012>. Acesso em: 15 set. 2019.

MAGALHÃES, M. G. M.; ALVIM, N. A. T. Práticas integrativas e complementares no cuidado de enfermagem: um enfoque ético. *Escola Anna Nery Revista de Enfermagem*, v. 17, n. 4, p. 646-653, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-81452013000400646&script=sci_abstract&tlng=pt>. Acesso em: 25 out. 2019.

MINAYO, M. C. S. O. *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. 10. ed. São Paulo: Hucitec, 2007.

OLIVEIRA, M. M. et al. A saúde do homem em questão: busca por atendimento na atenção básica de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 20, n. 1, p. 273-278, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232015000100273&script=sci_arttext&tlng=pt>. Acesso em: 15 set. 2019.

PÁDUA, Elisabete Matallo M. *Metodologia da pesquisa: abordagem teórico-prática*. Papirus Editora, 2019.

PLÁCIDO, A. L. et al. Percepção dos Gestores das Unidades Básicas de Saúde Sobre as Práticas Integrativas e Complementares. *Revista Multidisciplinar e de Psicologia*, v. 13, n. 43, p. 865-872, 2019. Disponível em: <<https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/1567>>. Acesso em: 15 set. 2019.

PRUDENTE, Bruno. *História da meditação: das tradições do antigo oriente à ciência do século XXI*. Rio de Janeiro. Scientiarum História VIII, 2014.

REIS, B. O.; ESTEVES, L. R.; GRECO, R. M. Avanços e desafios para a implementação das práticas integrativas e complementares no Brasil. *Revista de APS*, v. 21, n. 3, 2018. Disponível em: <file:///C:/Users/ma_g2/Downloads/16383-Texto%20do%20artigo-99987-1-10-20190219.pdf>. Acesso em: 13 out. 2019.

ROCHA, A. D. C.; BEZERRA, J. F. A utilização de florais de bach em pacientes ansiosos: uma medicina alternativa. *Revista de Ensino e Cultura*, v. 2, n. 02, p. 6, 2018. Disponível em: <http://www.fanec.edu.br/instituto/arquivos/revista_ensino_cultura_2019_n2.pdf>. Acesso em: 10 out. 2019.

SALLES, L. F.; SILVA, M. J. P. Efeito das essências florais em indivíduos ansiosos. *Acta Paulista de Enfermagem*, v. 25, n. 2, p. 238-242, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-21002012000200013&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 13 out. 2019.

SAMPAIO, C. V. S. Meditação, saúde e healing. *Revista Latino-Americana de Psicologia Corporal*, v. 7, n. 1, p. 10-11, 2018. Disponível em: <<https://psicorporal.emnuvens.com.br/rlapc/article/view/67>>. Acesso em: 10 out. 2019.

SAMPIERI, R. H.; CALLADO, C. F.; LUCIO, M. D. P. B. *Metodologia de pesquisa*. 5. ed. Porto Alegre-RS: Penso, 2013.

SANTIAGO, Maria Elizabeth da Costa Felipe. Práticas integrativas e complementares: a enfermagem fortalecendo essa proposta. *UNICIÊNCIAS*, v. 21, n. 1, p. 50-54, 2017. Disponível em: <<https://pdfs.semanticscholar.org/3ef8/ff4d17849e2eed179b0f746dec606e0750e.pdf>>. Acesso em: 13 out. 2019.

SANTOS, José Luís Guedest al. Integração entre dados quantitativos e qualitativos em uma pesquisa de métodos mistos. *Revista Texto e Contexto Enfermagem*, v. 26, n. 3, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0104-07072017000300330&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 13 out. 2019.

SILVA, J. R. S.; ASSIS, S. M. B. Grupo focal e análise de conteúdo como estratégia metodológica clínica-qualitativa em pesquisas nos distúrbios do desenvolvimento. *Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento*, São Paulo, v. 10, n. 1, p. 146-152, 2010. Disponível em: <<http://editorarevistas.mackenzie.br/index.php/cpgdd/article/view/11203/6930>>. Acesso em: 3 set. 2019.

SOUSA, I. M. C.; AQUINO, C. M. F.; BEZERRA, A. F. B. Custo-efetividade em práticas integrativas e complementares: diferentes paradigmas. *JMPHC - Journal of Management & Primary Health Care*, v. 8, n. 2, p. 343-350, 2017. Disponível em: <<http://www.jmphc.com.br/jmphc/article/view/557>>. Acesso em: 13 out. 2019.

TELESI JÚNIOR, Emílio. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, São Paulo, v. 30, n. 86, p. 99-112, abr. 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142016000100099>. Acesso em: 3 set. 2019.

TESSER, C. D.; SOUSA, I. M. C.; NASCIMENTO, M. C. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. *Saúde em Debate*, v. 42, p. 174-188, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0103-11042018000500174&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 1 out. 2019.

ZANELLA, Â. K. et al. Proposta de intervenção ensino-serviço de práticas integrativas e complementares: recurso terapêutico de formação profissional e de assistência em saúde. *Vittalle - Revista de Ciências da Saúde*, v. 30, n. 1, p. 63-71, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.furg.br/vittalle/article/view/7449>>. Acesso em: 1 out. 2019.

ANEXO A - Planilha para coleta de dados

PLANILHA PARA COLETA DE DADOS				
	IDADE	SEXO	CAUSA	BENEFICIOS
P1				
P2				
P3				
P4				
P5				
P6				
P7				
P8				
P9				
P10				

Planilha realizada no Excel para coletar os dados dos prontuários.