

O USO DA TERAPIA FLORAL NA REDUÇÃO DOS SINTOMAS CLIMATÉRIOS EM UMA CIDADE DO OESTE DE SC¹

Denise Kunz², Caroline Pretto³, Cleidiane Vedoy Ferraz⁴, Elisangela Bini Dorigon⁵

¹ Projeto de iniciação de científica da universidade do Oeste de Santa Catarina campus de Xanxerê

² Graduanda do curso de farmácia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina

³ Graduanda do curso de farmácia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina

⁴ Graduanda do curso de farmácia pela Universidade do Oeste de Santa Catarina

⁵ Professora Orientadora, Mestre em Ciências da Saúde Humana, Curso de Farmácia da Universidade do Oeste de Santa Catarina

INTRODUÇÃO

O início da menopausa está associado a uma mudança dramática no equilíbrio hormonal, uma diminuição no estrogênio e um aumento nos hormônios FSH e LH, o que acaba reduzindo o nível de progesterona e causa amenorreia permanente. Conhecida como a síndrome da menopausa aguda, especialmente as ondas de calor, é um dos problemas ginecológicos mais comuns durante a menopausa.

A adaptação ao tratamento em muitos casos não ocorre devido aos efeitos colaterais gerados pela terapia hormonal, os medicamentos fitoterápicos são um bom aliado como terapia alternativa no tratamento dos sintomas gerados neste período.

O tratamento dos sintomas do climatério e prevenção relacionados ao metabolismo dessas mulheres, envolvem mudanças que vão desde o estilo de vida e a inclusão de terapias medicamentosas que segundo alguns médicos essas terapias podem gerar muitos riscos, devido a efeitos colaterais associados ao tratamento.

Os florais são concentrações energética das flores; a terapia com florais contribui para harmonizar o corpo físico e mental da mulher, agindo no cuidado por inteiro. Essas essências são utilizadas como instrumento de cura vibracional porque não trabalha somente pela força dos princípios ativos, mas, através da frequência eletromagnética, com a sutileza das flores.

OBJETIVO: Verificar a aceitabilidade do uso da terapia floral na redução dos sintomas climatérios.

MATERIAIS E MÉTODOS:

Realizou-se estudo quantitativo, por meio de aplicação de questionário de forma eletrônica, para a coleta de dados referente aos sintomas do climatério e os conhecimentos sobre florais. Os resultados foram coletados entre os dias 26 a 28 de março de 2021. o instrumento foi avaliado pelo

Comitê de ética e pesquisa nº 45068921.1.0000.5367. Os critérios de inclusão para participar da pesquisa eram: aceitar participar após ler o termo de consentimento livre e esclarecido, ser mulher residentes do município de Xanxerê SC com idade entre 35 a 65 anos.

RESULTADOS:

Foram entrevistadas 67 mulheres, residentes no município de Xanxerê, dessas 64,2% são casadas 7% amasiadas, 6% viúvas e 19,4% solteiras com escolaridade 31,3% pós-graduada, 20,9% fez somente ensino fundamental, 14,9% possui 3º grau completo, 7,5% 3º incompleto, 16,4% 2º completo e 9% 2º incompleto.

A maioria das entrevistadas afirmam estar com o **ciclo menstrual** normal 44,8% 43,3% não menstruar a mais de 1 ano, 9% não menstrua a mais de 3 meses e 2,9% não menstrua a mais de 6 meses. Onde 55,3% não possuem nenhum sintoma relacionados a essas mudanças e 44,7% tem sintomas devido a esse período, das mulheres entrevistadas que possuem sintomas 52,9% tem sempre fogachos popular calorão e 47,1% somente as vezes.

Sobre os **sintomas**, essas mulheres (76,5%), relatam que se sentem irritadas e com dificuldade de manter o equilíbrio emocional e 9% sentem medo ou insegurança em realizar tarefas ou com pânico. Registrou-se que 52,9% praticam atividades físicas 3x por semana 23,5% não praticam nenhuma atividade e 64,7% não fazem uso de nenhuma medicação para reduzir os sintomas do climatério.

Outro item avaliado: **Florais**. Sobre esses quando perguntadas se conheciam florais 76,5% afirmou conhecer, mas somente 46% sabe realmente o que são florais de que parte da planta são extraídos, 49% já fez uso de florais e 47% nunca utilizou e 3,9% está fazendo uso no momento e quando perguntado se utilizariam florais como forma de tratamento para os sintomas do climatério 74,5% e somente 25,5 % não utilizaria.

CONCLUSÃO:

Conclui-se que os sintomas do climatério são recorrentes e fazem parte do dia a dia da maioria das mulheres que se encontram nessa fase, onde algumas são acometidas de forma mais severa e outras possuem sintomas mais moderados.

Da mesma forma que é possível incluir a terapia floral como forma de tratamento pois conforme relatado no estudo a maioria das mulheres utilizariam os florais, e com essa terapia diferenciada existe a possibilidade de reduzir os sintomas prejudiciais assim como menor ou nenhum efeito colateral.

Palavras-chaves: Terapia complementar. Florais. Climatério. Saúde da mulher.