

TERAPIA FLORAL EM SAÚDE: REVISÃO INTEGRATIVA

Ana Paula Pancieri (1); Suzimar Benato Fusco (2); Eliana Mara Braga (3)

(1) Faculdade de Medicina de Botucatu – Universidade estadual Paulista Julio de Mesquita Filho, appancieri@yahoo.com.br

(2) Faculdade de Medicina de Botucatu – Universidade estadual Paulista Julio de Mesquita Filho, sbenato@gmail.com

(3) Faculdade de Medicina de Botucatu – Universidade estadual Paulista Julio de Mesquita Filho, elmara@fmb.unesp.br

1. INTRODUÇÃO

As terapias alternativas e complementares vêm sendo gradativamente inseridas no SUS. Essas terapias possuem algumas características como abordagem holística, ênfase na prevenção, tratamento mais natural possível, atuando como complemento e tornando-se uma possibilidade de ampliação dos recursos terapêuticos (Silva 2011). Algumas terapias complementares já foram inseridas nos Sistema Único de Saúde, como prevê a Portaria n. 849, de 27 de março de 2017 (Brasil 2017).

Entre as inúmeras práticas encontra-se a Terapia Floral. As essências florais descobertas pelo Dr. Edward Bach têm como objetivo tratar o indivíduo e não a doença, pois sabemos que a mesma doença pode ter efeitos diferentes em pessoas diferentes; são estes efeitos que podem nos guiar à verdadeira causa das doenças (Bach 2006).

A Terapia Floral é uma prática complementar em saúde que faz parte de um campo emergente de terapias vibracionais, de características não invasivas (Bach 2006). As essências florais, feitas a partir de plantas silvestres, flores e árvores do campo, tratam as desordens da personalidade e não das condições físicas. Elas têm o propósito de harmonizar o corpo etéreo, emocional e mental (Bach 2006). A Organização Mundial da Saúde reconhece a importância e a eficácia das terapias alternativas/complementares, ressaltando a necessidade do desenvolvimento de estudos científicos para o melhor conhecimento da segurança, eficácia e qualidade dos métodos complementares (WHO 2015).

Com o intuito de analisar o conhecimento produzido e publicado em periódicos nacionais e internacionais na forma de artigos, sobre os ensaios clínicos randomizados com terapia floral em saúde, propõe-se esta revisão bibliográfica.

2.MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura desenvolvida a partir da seguinte pergunta problema: Quais as pesquisas clínicas desenvolvidas com terapia floral, bem como suas indicações e resultados?

A busca das produções científicas foi realizada em agosto de 2017, nas principais bases de dados *online* da área da saúde, disponível no Portal Periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior – Capes (www.capes.gov.br): *Web of Science*, *Cumulative Index to Nursing and Allied Health Literature (CINAHL)*, *US National Library of Medicine (PubMed)* e *Scopus*. Os descritores utilizados foram: randomized controlled trial AND flower essences OR bach rescue remedy OR bach flower remedies OR bach flowers OR bach flower essences. Para a seleção utilizou-se os critérios de inclusão: a) artigos publicados em texto completo; b) artigos publicados a partir de 2009; c) artigos indexados no idioma português, inglês e espanhol; d) artigos utilizando como método a pesquisa clínica em seres humanos. Adotou-se como critério de exclusão artigos que se repetiram nas base de dados. No total, foram encontrados 51 artigos potenciais para análise, dos quais 4 pertenciam a base *Scopus*, 18 a *Web of Science*, 19 *CINAHL* e 10 a *PubMed*. Considerando os critérios de inclusão e exclusão, a seleção se constituiu de 4 artigos.

3.RESULTADOS E DISCUSSÃO

No Quadro 1, estão dispostos o primeiro autor e ano de publicação, o objetivo com sua indicação e posologia e os resultados dos artigos selecionados.

Observam-se poucos ensaios clínicos envolvendo terapia floral, sendo que apenas três foram publicados após a última revisão sistemática sobre a temática (Thaller 2009). Estes estudos estão relacionados ao tratamento de alguns sintomas específicos como ansiedade, dor e perda de peso.

Primeiro Autor e Ano da Publicação	Objetivo (indicação e posologia)	Número da amostra	Resultados
------------------------------------	----------------------------------	-------------------	------------

Rivas-Suárez SR, 2017	Duplo-cego, placebo controlado, com o objetivo de avaliar a efetividade de um creme com remédios forais de Bach (BFR) (Elm, Star of Bethlehem, Vervain, Clematis e Hornbeam) nos sinais e sintomas da síndrome do túnel do carpo. Posologia: 2x/dia por 21 dias, uso tópico.	43	O creme proposto pode ser uma intervenção efetiva no tratamento da síndrome do túnel do carpo suave e moderada, reduzindo a severidade dos sintomas e promovendo alívio da dor.
Maduro IPNN, 2015	Estudo randomizado duplo cego com o objetivo de avaliar o uso potencial do ‘floral para perder peso’ um composto, pronto para o uso, constando em sua fórmula Alba, Belladonna, Alegria. Posologia: 4 gotas, via oral, 4x/dia por 60 dias.	28	Os dados sugerem que não há associação entre o floral comercializado para perder peso e o emagrecimento, apesar de não ter sido detectado índices de compulsão alimentar no instrumento.
Salles LF, 2012	Ensaio clínico randomizado duplo-cego com o objetivo de investigar os efeitos dos florais Impatiens, Cherry Plum, White Chestnut e Beech em pessoas ansiosas. Posologia: 4 gotas, via oral, 4x/dia por 2 meses.	34	Verificou-se uma diminuição maior da ansiedade no grupo experimental em relação ao grupo controle, confirmando que as essências florais de Bach escolhidas neste estudo tiveram efeito positivo na diminuição da ansiedade. Os testes estatísticos demonstraram diferença estatisticamente significativa entre os dois grupos.

Quadro 1 - Dados de autoria, objetivo e resultados dos artigos selecionados. Botucatu - SP - Brasil, 2017.

Revisão sistemática realizada em 2009, com artigos publicados até 2008, encontrou quatro ensaios clínicos indicando que os BFRs não eram mais eficazes do que a intervenção placebo para problemas psicológicos, mas provavelmente eram seguros. Devido à falta de experimentos metodologicamente sólidos, esta afirmação estava associada a um alto nível de incerteza. Comparando com esta revisão, a evidência sobre a terapia floral ainda continua muito limitada, pois os estudos têm diferentes abordagens metodológicas, inclusive divergindo sobre a indicação das essências. De forma contraditória à revisão anterior, os estudos têm apontado efeitos positivos do

floral em relação ao efeito placebo, com emprego de métodos com menos vieses, tais como randomização e cegamento.

4. CONCLUSÕES

A presente revisão permitiu a elaboração de um parâmetro amplo e atual sobre ensaios clínicos com terapia floral, mostrando uma realidade insipiente, com apenas três ensaios clínicos publicados. A indicação da terapia floral nestes estudos estava relacionada ao tratamento da ansiedade, dor e perda de peso. Trata-se de uma ferramenta terapêutica ainda subestimada pela comunidade científica que carece de estudos das diversas especialidades de saúde. Estudos futuros podem ter um impacto importante na estimativa deste efeito.

5. REFERÊNCIAS

Armstrong NC, Ernst E. A randomized, double-blind placebo-controlled trial of a Bach Flower Remedy. *Complement Ther Nurs Midwifery*. 2001 Nov;7(4):215-21.

Bach E. Os Remédios florais de Dr. Bach. 19a ed. São Paulo: Pensamento; 2006.

Brasil. Ministério da Saúde. Portaria n. 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. *Diário Oficial da União, Brasília*, 28 de março de 2017. Seção 1, p. 68.

Halberstein RA, Sirkin A, Ojeda-Vaz MM. When less is better: a comparison of Bach Flower Remedies and homeopathy. *Ann Epidemiol*. 2010 Apr;20(4):298-307.

Maduro IPNN, Tavares ARDS, Horstmann H, Couceiro K.D.N. SUN-LB019: Placebo-Controlled Study for Evaluation of Commercially Available Formula -Bach Flower for Weight Loss- and Binge Eating in Obese Patients. *Clinical Nutrition (Edinburgh)*, v. 34, p. S242, 2015.

Pintov S, Hochman M, Livne A, Heyman E, Lahat E. Bach flower remedies used for attention deficit hyperactivity disorder in children--a prospective double blind controlled study. *Eur J Paediatr Neurol*. 2005;9(6):395-8.

Rivas-Suárez SR, Águila-Vázquez J, Suárez-Rodríguez B, Vázquez-León L, Casanova-Giral M, Morales-Morales R, Rodríguez-Martín BC. Exploring the Effectiveness of External Use of Bach

Flower Remedies on Carpal Tunnel Syndrome: A Pilot Study. *J Evid Based Complementary Altern Med.* 2017 Jan;22(1):18-24. Epub 2015 Oct 11.

Salles LF, Silva MJP. Efeito das essências florais em indivíduos ansiosos. *Acta Paul Enferm.* 2012; 25(2):238-42.

Siegler M, Frange C, Andersen ML, Tufik S, Hachul H. Effects of Bach Flower Remedies on Menopausal Symptoms and Sleep Pattern: A Case Report. *Altern Ther Health Med.* 2017 Mar;23(2):44-48.

Silva MJP, Salles LF. *Enfermagem e as Práticas Complementares.* São Caetano do Sul, SP: Yendis Editora; 2011.

Thaller K, Kaminski A, Chapman A, Langley T, Gartlehner G. Bach Flower Remedies for psychological problems and pain: a systematic review. *BMC Complementary and Alternative Medicine.* 2009; 9:16.2009

Walach H, Rilling C, Engelke U. Efficacy of Bach-flower remedies in test anxiety: a double-blind, placebo-controlled, randomized trial with partial crossover. *J Anxiety Disord.* 2001 Jul-Aug;15(4):359-66.

World Health Organization (2009). Fact sheet n° 331, September 2006 (Updated March 2011): obesity and overweight. Disponível em [Consultado em Julho, 2013]