

## TERAPIA FLORAL NA ODONTOLOGIA NO CONTROLE DE MEDO E ANSIEDADE – REVISÃO DE LITERATURA

**Facioli F.<sup>1</sup>, Soares A.L.<sup>1</sup>, Nicolau R.A.<sup>1,2</sup>**

<sup>1</sup>Universidade do Vale do Paraíba (Univap), Faculdade de Ciências da Saúde, Curso de Odontologia

<sup>2</sup>Univap, Instituto de Pesquisa e Desenvolvimento, Laboratório de Biomodulação Tecidual e Centro de Laserterapia e Fotobiologia

Av. Shishima Hifumi 2911 Urbanova

12244-000 São José dos Campos – SP Brasil.

fabiifacioli@gmail.com, annitz@gmail.com, rani@univap.br

Fone: +55 12 3947 1135, Fax: +55 12 3947 1149

**Resumo-** Nos últimos anos, o interesse da população mundial e dos profissionais da área da saúde por terapias alternativas vem aumentando cada vez mais. O presente estudo objetivou identificar, por meio de revisão de literatura, a aplicabilidade da Terapia Floral para a redução da ansiedade em nível odontológico. Os florais são preparados líquidos naturais feitos a partir de flores de arbustos e árvores silvestres. Existe indicação do uso de florais para controle de medo e ansiedade: Cherry Plum (*Prunus Cerasifera*), Heather (*Calluna vulgaris*), Red Chestnut (*Aesculus carnea*), Rock Rose, Mimulus (*Mimulus guttatus*), Aspen (*Populus tremuloides*), Agrimony (*Agrimonia Eupatoria*). A combinação dos florais: Star of Bethlehem, Rock Rose, Cherry Plum, Clematis e Impatiens compõem o Rescue, conhecido como “floral do resgate”. A posologia dos florais pode ser: dose única (10 ml) ou fracionada de três a quatro vezes ao dia (5 a 10 gotas). A terapia pode ser instituída dias, horas ou até mesmo minutos antes do procedimento odontológico. Esta modalidade terapêutica tem muitas indicações na área odontológica, principalmente no âmbito cirúrgico, no qual a ansiedade e o medo são notórios.

**Palavras-chave:** Florais de Bach, Odontologia, Ansiedade

**Área do Conhecimento:** IV- Ciências da Saúde

### Introdução

Os pacientes temem o desconhecido e os procedimentos a que serão submetidos durante o tratamento odontológico. Esse temor pode ser ameno ou intenso, conforme forem suas antigas experiências a isto relacionadas. O fato de ser atendido de forma mais calma e humana, já torna o paciente mais cooperativo. O cirurgião-dentista desconhece o quanto usa equipamentos estranhos ao dia a dia das pessoas que não são da área odontológica, por exemplo, do barulho emitido pela caneta de alta rotação, e o medo em que o paciente sente em ser anestesiado, logo deve considerar como este simples fato do desconhecido, pode ocasionar receios nos indivíduos (MORAES, 1985; NANJI, 2009).

O paciente deve ser compreendido pelo profissional da Odontologia não apenas como um indivíduo que possui dentes lesados, mal posicionados, ou gengivas inflamadas, mas como um ser humano que sofre, que possui seus problemas, suas preocupações, que possui

atividades psíquicas e funções fisiológicas interdependentes e que é considerado como um todo indivisível, não apenas aos estímulos físicos, químicos e biológicos ao meio, mas também às variações das relações sociais (TAHKÁ, 1988).

Neste sentido, novos recursos terapêuticos têm sido desenvolvidos, visando reduzir o desconforto do paciente. Entre eles estão as técnicas de relaxamento, a hipnose, a terapias de grupo educativas e terapias com Florais de Bach (TOWNEND; DIMIGEN; FUNG, 2000). O conselho Federal de Odontologia, por meio da resolução CFO-82/2008, regulamenta o uso da Acupuntura, Fitoterapia, Hipnose, Homeopatia, Laserterapia e Terapia Floral, como “práticas integrativas e complementares”. O tratamento com os Florais de Bach se apresenta, nos tratamentos odontológicos, como uma forma de tratar o ser humano além do aspecto físico. Essa possibilidade visa acrescentar na relação cirurgião-dentista / paciente, uma ampliação de seu trabalho técnico, aumentando seu compromisso e sua responsabilidade, por se

importar pelo bem estar e conforto do seu paciente, com os recursos que possa oferecer para a recuperação da saúde dele, enquanto ser humano (CHANCELLOR, 1971; CARVALHO, 2008).

Considerando-se que poucos profissionais têm conhecimento acerca desta terapia complementar em ambiente odontológico o presente estudo tem por objetivo a revisão de literatura sobre os Florais de Bach e sua aplicação medicamentosa, no tratamento odontológico de forma geral, incluindo também, como recursos utilizados em situações pré e pós-operatórias.

### Metodologia

O método utilizado para o desenvolvimento desse estudo foi a revisão de literatura do tema Florais de Bach com vistas ao controle de ansiedade em Odontologia.

Foram consultados bancos de dados BIREME, ISI Web of Science, Medline; entre os anos de 1971 à 2009, empregando como palavras-chave: Florais de Bach, ansiedade e medo em Odontologia.

### Resultados

A Odontologia é uma ciência tecnológica e humana, não poderá ficar restrita sempre aos mesmos parâmetros técnicos ou alopáticos. Quanto ao domínio do medo e a ansiedade em Odontologia, a parte medicamentosa, é o recurso mais conhecido e empregado pelos profissionais, apesar de que registros evidenciam a limitação das substâncias ansiolíticas em pacientes fóbicos, além da possibilidade de efeitos colaterais (PINTO, 1984).

Na rotina do consultório Odontológico medo e dor são uma constante (SINGH et al., 2000). O controle do medo é essencial nas primeiras sessões de atendimento odontológico. As práticas integrativas podem mudar este quadro, embora até a classe médica tenha dúvidas ou descrença quanto as práticas integrativas e complementares em saúde bucal, e mais especificamente quanto aos Florais de Bach (CHANCELLOR, 1971)

Com os medicamentos homeopáticos e fitoterápicos é possível obter tantos resultados quanto com a alopatia, afirma a presidente da Comissão de Terapêuticas Complementares do Conselho Regional de Odontologia de São Paulo (CRO-SP), Jussara dos Santos Jorge Giorzi. Em saúde bucal, ressalta a presidente do CRO-SP, a relevância do uso da homeopatia está na ausência de reações adversas e efeitos colaterais quando comparados aos medicamentos alopáticos. Esses medicamentos parecem ter bom nível de

aceitação por parte dos pacientes e podem ser prescritos em Odontologia sempre que necessário. (SANCHES, 2009).

As essências florais foram descobertas por um médico inglês chamado Edward Bach, que se dedicou a desvendar a natureza curativa das flores. Através de seus estudos, o médico concluiu que para obter a cura, as pessoas precisam se apegar a um objetivo e ainda, que a flores podem libertar sentimentos negativos acumulados na vida humana. Os florais agem de forma a remover todas as energias negativas que dificultam a vida das pessoas e que desenvolvem estresse, ansiedade, ou medo excessivo, fazendo com que o organismo recupere seu equilíbrio natural, tornando os usuários mais saudáveis e menos propensos à doenças (SANCHES, 2009).

O conhecimento de psicossomática em Odontologia é fundamental em todas as faculdades modernas. A Faculdade de Odontologia de Lins foi a pioneira no Brasil, ao introduzir o estudo da Psicologia e da hipnose no seu currículo obrigatório do último ano do curso (BADRA, 1970).

Segundo Chancellor (1971), a maioria das pessoas tem algum tipo de medo, que abrange desde os medos característicos da infância, de envelhecer, da dor, da doença e da própria morte. O medo dos procedimentos odontológicos pode fazer parte desta relação.

Os estudos mostram que o cirurgião-dentista é um agente causador de medo, através dos equipamentos que usa, no tratamento dentário e o desconforto do paciente pode ser um obstáculo ao tratamento, sendo expresso por medo, ansiedade e fobia se o paciente for psiquiátrico (AMORIM, 1992).

Essas emoções podem ter sido adquiridas na infância, por relatos assustadores de parentes ou amigos, não necessitando ter tido uma experiência traumática. Salienta-se a necessidade da qualidade da relação entre o dentista e o paciente, melhorada por uma atitude empática do profissional, com respeito às queixas e sentimentos do paciente e pela explicação clara dos procedimentos que serão realizados (MILGRON; WEINTEIN, 1993).

Existe indicação do uso de florais para controle de medo e ansiedade: Cherry Plum (*Prunus Cerasifera*), Heather (*Calluna vulgaris*), Red Chestnut (*Aesculus carnea*), Rock Rose, Mimulus (*Mimulus guttatus*), Aspen (*Populus tremuloides*), Agrimony (*Agrimonia Eupatoria*). A combinação dos florais: Star of Bethlehem, Rock Rose, Cherry Plum, Clematis e Impatiens compõem o Rescue, conhecido como "floral do resgate". A posologia dos florais pode ser: dose única (10 ml) ou fracionada de três a quatro vezes ao dia (5 a 10

gotas). A terapia pode ser instituída dias, horas ou até mesmo minutos antes do procedimento odontológico. Atualmente, os florais podem ser encontrados em farmácias de alopatia ou de manipulação. Em farmácias de manipulação

podem ser formulados com veículo diferente (água ou álcool).

Com base nos artigos levantados a síntese sobre indicações e vantagens do emprego de florais pode ser observada na tabela 1.

Tabela 1. Indicações e vantagens do emprego de florais.

<b>Floral</b>	<b>Indicações</b>	<b>Vantagens</b>
<b>Aspen</b>	Medo de origem desconhecida	Diminuição da ansiedade, apreensão, pânico.
<b>Centaury</b>	Insegurança	Determinação quando surge necessidade, de modo a obter respeito e admiração.
<b>Cerato</b>	Pessoas que se contaminam com emoções alheias.	Desenvolver autoconfiança e ajudar a lidar com o sentimento de incapacidade.
<b>Cherry Plum</b>	Perda de controle	Diminuição da raiva, histeria, violência.
<b>Chicory</b>	Possessividade	Esquecer, amar, aconselhar sem exigir nada em troca.
<b>Clematis</b>	Desinteresse	Atentas, sonhadoras.
<b>Gentian</b>	Desânimo, desalento, desapontamento.	Dispersar pensamento negativo permite a volta de uma atitude positiva.
<b>Gorse</b>	Pessoas deprimidas	Esperança, tirando-as do estado de melancolia.
<b>Holly</b>	Ciúme, inveja, ódio, vingança, dúvida, mau humor	Equilíbrio das emoções retomando a harmonia interior
<b>Hornbeam</b>	Cansaço, exaustão mental	Ajudar a adquirir mais energia para lidar com o cotidiano
<b>Impatiens</b>	Irritabilidade, impaciência	Readquirir sai estabilidade, fazendo com que o ritmo da vida não seja acelerado, e as façam ir devagar
<b>Larch</b>	Insegurança	Confiança em si, audácia.
<b>Mimulus</b>	Medo de origem conhecida, medos da vida cotidiana	Coragem para enfrentar os medos
<b>Mustard</b>	Depressão profunda	Mais serenidade de pensamento e clareza nos sentimentos.
<b>Rock Rose</b>	Pavor, pânico	Coragem para enfrentar os medos
<b>Scleranthus</b>	Angustia indecisão, flutuação de humor	Concentrar os pensamentos de modo que possam ver suas opções e aprender a conhecer a mente.
<b>Star of Bethlehem</b>	Experiências traumáticas	Restaura poder autocurativo
<b>Willow</b>	Pessoas que se vitimizam	Atitude positiva assumindo responsabilidade

Fonte: Dados obtidos de Howard (1990) e Thaler et al. (2009).

## Discussão

O medo e a ansiedade são aspectos frequentes e comuns na odontologia, além disso, a intensidade desses fenômenos varia amplamente, e tem muitas vezes, caráter subjetivo. O estado emocional e psicológico do paciente pode afetar o tratamento, dificultar na absorção de fármacos, ou causar alterações fisiológicas indesejáveis. Medos, fobias, situações de estresse e depressão alteram as funções fisiológicas do organismo, diminuem o limiar de excitabilidade, fazendo com que o organismo sintam mais dor, além de alterarem também a resposta imunológica e prejudicarem o trans e pós-operatório.

A dor é uma experiência sensorial e emocional desagradável decorrente da lesão real ou potencial dos tecidos do organismo, definida pela *International Association for the Study of Pain* (IASP) (LIMA, 1992). Este fenômeno está frequentemente presente na Odontologia fazendo com que os profissionais da área tenham de procurar métodos eficazes no seu tratamento, de maneira que diminua o sofrimento do paciente. Existem outros fenômenos, além da dor, como receio, medo, ansiedade ou fobia que podem prejudicar o tratamento e a recuperação do paciente. O estresse o qual o paciente é submetido, seja pela dor, medo ou outras sensações desagradáveis, pode ser diminuído ou evitado por meio de técnicas terapêuticas, tal como o Floral.

A terapia floral possui propriedades fitoterápicas. Os Florais de Bach podem ajudar no alívio da dor, isso pode ocorrer indiretamente e como uma ação secundária, influenciando nas atitudes dos pacientes, o que podemos chamar de efeito placebo (HOWARD, 2007). A maior parte das pessoas (75%) relata sentir uma leve apreensão quando visitam seus dentistas, enquanto 6% a 20% descrevem uma intensa ansiedade, fazendo com que evitem o tratamento dentário em muitos casos (YAGIELA et al., 2004). Podem conter álcool em sua formulação, considerando esta uma contra-indicação em pacientes com histórico de comprometimento gástrico ou dependência ao álcool.

Os tratamentos alternativos, como o Floral, foram regulamentados e aprovados pelo Fórum para Regulamentação das Práticas Integrativas e Complementares à Saúde Bucal nos dias 5 e 6 de junho de 2008 em Brasília, segundo o Conselho Regional de Odontologia de São Paulo. Seu maior objetivo é que os procedimentos sejam utilizados como recurso terapêutico aos procedimentos convencionais na prática odontológica. Com isso, acredita-se que uma

especialidade na área possa ser criada e assim, conseqüentemente ampliada, podendo beneficiar tanto os profissionais quanto os pacientes que necessitam dessas terapias adjuvantes no tratamento odontológico (Jornal Folha de São Paulo, 16 de dez., 2006).

## Conclusão

Esta modalidade terapêutica tem muitas indicações na área odontológica, principalmente no âmbito cirúrgico, no qual a ansiedade e o medo são notórios.

A restrição de efeitos adversos torna a Terapia com Florais de Bach uma ferramenta importante para o controle de medo e ansiedade em nível Odontológico em diferentes faixas etárias.

O baixo custo e a fácil aquisição atual permitem que acesso em grande escala, justificando maior atenção na capacitação do cirurgião-dentista para uso desta modalidade terapêutica.

## Referências

- AMORIM, V.C.S.A. O Medo e a Ansiedade em Odontologia. **Odontol. Mod.**, São Paulo, v. 19, n. 2, p. 11-12, mar./abr. 1992.
- BADRA, A. Hipnose em Odontologia: Avaliação da Hipnose na Terapêutica Dentária. In: GONZAGA, J.G. **Hipnose: na Medicina e na Odontologia**. São Paulo: [s.n.], 1970. P. 150-157.
- HOWARD, J.; Do Bach flower remedies have a role to play in pain control? A critical analysis investigating therapeutic value beyond the placebo effect, and the potential of Bach flower remedies as a psychological method of pain relief. **Complem. Ther. Clin. Pract.**, 13, 174- 183; 2007.
- Jornal Folha de São Paulo- Caderno Cotidiano saúde, terça-feira, 16/12/2008 – C11.
- LIMA, J.R.D.S. Atlas Colorido de Anestesia em Odontologia – Fundamentos e Técnicas, 2 ed, In: MELLO FILHO, J. et al. **Psicossomática Hoje**. Porto Alegre, Artes Médicas, 1992.
- MILGROM, P.; WEINSTEIN, P. Dental Fears in General Practice: new Guidelines for Assessment and Treatment. **Int. Dent. J.**, London, v. 43, no. 3 (suppl. 1), p. 288-293, June 1993.

- MORAES, A. B. A.; PESSOTI, I. (1985). **Psicologia Aplicada à Odontologia**. São Paulo. Ed. Sarvier.
  
- PINTO, M.L.M.C. A Aplicação da Técnica de Terapia de Grupo como Auxiliar na Resolução de Problemas Odontológicos. **Rev. Fac. Odont. UFBA**, Salvador, v. 4, p. 55-68, jan./dez. 1984
  
- REMEN, R. N. **O Paciente como ser humano**. Ed. Summus, 1993.
  
- SANCHES, A. M. Terapia Holística. <http://naturezaequilibriodoser.blogspot.com/2008/07/florais-reduzem-odontofobia.html>). Acesso em 22 de julho de 2009.
  
- SINGH, K.A.; et al. Medo, Ansiedade e Controle Relacionados ao Tratamento Odontológico. **Pesq. Odontol. Bras.**, São Paulo, v. 14, n. 2, p. 131-136, abr./jun. 2000.
  
- TAHKÃ, V. **O relacionamento médico/paciente**. Artes Médicas, 1988.
  
- YAGIELA, J. A.; NEIDLE, E. A.; DOWD, F., J. **Farmacologia e Terapêutica para Dentistas**, 4 ed, Editora Artes Médicas, 2004.
  
- CHANCELLOR, P. M. (Org.). Mimulus. In: **Manual Ilustrado dos Florais do Dr. Bach**. São Paulo: Pensamento, 1971. Cap. 21, p. 104-107.
  
- THALER, K.; KAMINSKI, A.; ANDREA, C.; TESSA, L.; GARTLEHNER, G. **Florais de Bach para os problemas psicológicos e dor: uma revisão sistemática**. BMC Medicina Alternativa e Complementar de 2009.