

## O REIKI COMO FORMA TERAPÊUTICA DE RESTAURAÇÃO DA SAÚDE

Jhessica Rawane Araújo de Medeiros (1); Ana Paula Gomes de Medeiros (2); Ana Quitéria Carvalho Ismael do Nascimento (3); Nycarla Araújo Bezerra (4)

<sup>1</sup>Universidade Federal de Campina Grande - [jhessicasantos.18@hotmail.com](mailto:jhessicasantos.18@hotmail.com) (1),

<sup>1</sup>Universidade Federal de Campina Grande - [anapaulagomes.2@hotmail.com](mailto:anapaulagomes.2@hotmail.com) (1),

<sup>1</sup>Universidade Federal de Campina Grande – [aninhacarvalho@gmail.com](mailto:aninhacarvalho@gmail.com)(1),

<sup>1</sup>Universidade Federal de Campina Grande – [nycarlaa:@gmail.com](mailto:nycarlaa:@gmail.com)(1).

**RESUMO: Introdução:** O Reiki é reconhecido como uma prática integrativa e complementar (PIC) ofertada a indivíduos em situação de saúde e de doença e com finalidade de restabelecer o equilíbrio físico, mental e espiritual. É realizado através da impositação de mãos no ser humano, e vem sendo utilizado em diversos hospitais pelo Brasil na busca de alívio dos sintomas incômodos alcançando taxas de recuperação. Tecidas as considerações o objetivo deste estudo foi conhecer a eficácia do uso de tal prática no tratamento de enfermidades bem como esclarecer e disseminar seus resultados nas áreas da ciência e da saúde divulgando estudos que já foram publicadas e buscando incrementar um ramo escasso de publicações envolvendo a temática supracitada, uma vez que esta prática vem sendo utilizada cada vez mais no Brasil e no mundo. **Metodologia:** Optou-se pelo método de revisão integrativa de literatura. As buscas foram realizadas de maneira online, compreendidos entre os dias 18 a 21 de agosto de 2017. Indexadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico. Foram identificados 9 materiais categorizados por artigos, sendo que 5 respondiam ao objetivo da pesquisa. Os critérios de inclusão foram: Publicações entre os anos de 2011 a 2016, disponíveis na íntegra e no idioma português e inglês. Os critérios de exclusão foram: artigos que só estivessem disponíveis mediante pagamento. **Resultados e Discussão:** Constata-se que, dos artigos analisados, podemos afirmar que o reiki, enquanto dispositivo de cuidado, é um método que se adapta aos novos paradigmas da saúde, uma vez que os benefícios adquiridos fisicamente e emocionalmente através de tal terapia, tem demonstrado resultados positivos de sua aplicação como objeto de busca pelo restabelecimento da saúde promovendo melhoria no bem-estar, qualidade do sono, relaxamento, alívio da dor, e redução dos níveis de ansiedade. **Conclusão:** A avaliação dessa pesquisa indicou que após a aplicação do Reiki as pessoas referem uma melhora significativa na restauração de sua saúde em virtude da ativação da sua energia remetendo a esta uma melhora considerável em relação a ansiedade, dores,

estresse, aumento das células de defesa e diminuição dos níveis pressóricos, além da contribuição para o equilíbrio das necessidades físicas, mentais, emocionais e espirituais.

**Palavras-chaves:** Reiki; Terapias Complementares; Dor.

## INTRODUÇÃO

O Reiki é uma das Práticas Integrativas e Complementares (PICS) reconhecida pela Organização Mundial de Saúde (OMS), no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) ofertada a indivíduos em situação de saúde e de doença. É realizada por um profissional treinado através da imposição das mãos sobre o ser humano e fundamenta-se na intenção de que a energia origina-se através do homem e que pode ser utilizada para incrementar o processo de cura (RODRIGUEZ et al.,2011).

O Reiki é aplicado por meio do toque das mãos no corpo do enfermo a uma certa distância ou em posições inerentes tratando pontos vitais do corpo (chacras). Como função introdutiva, promove o relaxamento do corpo para assim conectar-se sensivelmente aos setores psíquicos, emocionais e físicos oportunizando a assimilação do paciente com suas sensações inconscientes, traumas e bloqueios de ordem emocional ou físico aos quais intervém no comportamento, restabelecendo o organismo, elevando a energia vital e revigorando o sistema imunológico (RODRIGUEZ et al.,2011).

A sobreposição das mãos superficialmente sob ou acima de uma pessoa pelo reikiano direciona a energia de cura para o corpo do receptor, que provém de forma impetuosa. Assim, nenhuma energia pessoal é absorvida ou drenada do doador, que é simultaneamente, após cada sessão de Reiki, recarregado e fortalecido. A força vital disseminada por este mecanismo abarca toda a série de glândulas endócrinas e órgãos do corpo humano, energizando o homem em diversos níveis ao mesmo tempo: no nível físico, pelo calor das mãos; no nível mental, pelos pensamentos ou símbolos Reiki; no nível emocional, pelo amor que flui com elas; e no nível energético, pela presença da pessoa iniciada nesta terapia e pela própria energia Reiki (FREITAG et al.,2014).

Esta série de imposição de mãos é empregada e explorada por profissionais da saúde como terapêutica complementar clínica convencional para encorajar o processo de cura, sendo utilizado em diversos hospitais pelo Brasil na busca de alívio dos sintomas incômodos alcançando taxas de recuperação particularmente na reabilitação de pacientes com doenças crônicas. A terapêutica com o Reiki é segura seja qual for a situação e independente da enfermidade ou do mal estar; porém a

técnica não substitui os cuidados médicos, podendo ser combinada como auxiliar ao tratamento médico e simultaneamente com outras PICS. (RODRIGUEZ et al.,2011).

Na busca de revisar as pesquisas a respeito da terapia complementar Reiki, o presente estudo objetivou-se em conhecer a eficácia do uso de tal prática no tratamento de enfermidades bem como esclarecer e disseminar seus resultados nas áreas da ciência e da saúde divulgando estudos que já foram publicadas e buscando incrementar um ramo escasso de publicações envolvendo a temática supracitada, uma vez que esta prática vem sendo utilizada cada vez mais no Brasil e no mundo.

## **METODOLOGIA**

Optou-se pelo método de revisão integrativa de literatura. As buscas foram realizadas de maneira online, compreendidos entre os dias 18 a 21 de agosto de 2017. Indexadas nas bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Acadêmico. Foram identificados 9 materiais categorizados por artigos, sendo que 5 respondiam ao objetivo da pesquisa. Foram utilizados os descritores do DeCS saúde: Reiki, Terapias Complementares e Dor. Para a combinação desses descritores foi utilizado o operador booleano and. Os critérios de inclusão foram: Publicações entre os anos de 2011 a 2016, disponíveis na íntegra e no idioma português e inglês. Os critérios de exclusão foram: artigos que só estivessem disponíveis mediante pagamento.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O Reiki é um método que se adapta aos novos paradigmas da saúde, uma vez que os benefícios adquiridos fisicamente e emocionalmente através de tal terapia, tem demonstrado resultados positivos de sua aplicação como objeto de busca pelo restabelecimento da saúde , assim torna-se necessário o conhecimento e origem desta, pois os tratamentos na medicina tradicional com medicamentos, muitas vezes oferecem o risco/ benefício, uma vez que esta medicação pode danificar células não tratadas dentro da situação clínica (BARBOSA et al., 2016).

Nesse interim durante a análise dos 05 artigos selecionados, foi possível observar que como terapia alternativa complementar, o Reiki vem reestabelecendo a saúde de quem faz seu uso.

**Quadro 1** - Distribuição dos estudos, autores, seus objetivos e resultados consoantes ao uso da terapia complementar Reiki. Caicó – Rio Grande do Norte, Brasil. Agosto, 2017.

<b>Artigo</b>	<b>Autores</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados</b>

REIKI COMO PRÁTICA INTEGRATIVA E COMPLEMENTAR: UMA REVISÃO INTEGRATIVA	BARBOSA et al., 2016.	Conhecer a eficácia do uso do Reiki no tratamento de enfermidades com ênfase na aplicação desta pelo profissional enfermeiro.	O reiki demonstrou ser eficiente em vários quesitos da atenção e cuidado de enfermagem proporcionando um restabelecimento e melhora da qualidade de vida dos pacientes.
O REIKI COMO FORMA TERAPÊUTICA NO CUIDADO À SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA DA LITERATURA	FREITAG; ANDRADE; BADKE, 2015.	Conhecer a produção científica de enfermagem acerca da terapia complementar Reiki.	Pode-se aferir que a prática de reiki foi efetivo na diminuição da ansiedade e intensidade da dor.
BENEFÍCIOS DO REIKI EM POPULAÇÃO IDOSA COM DOR CRÔNICA	FREITAG et al., 2014.	Identificar e analisar os benefícios vivenciados com a prática de Reiki em pessoas idosas com dor crônica não-oncológica	O reiki melhora de forma significativa as queixas de dor crônica, além de contribuir para o equilíbrio das necessidades física, mental, emocional e espiritual dos idosos.
MASSAGEM E REIKI PARA REDUÇÃO DE ESTRESSE E ANSIEDADE: ENSAIO CLÍNICO RANDOMIZADO	KUREBAYASHI et al., 2016.	Avaliar a efetividade da Massagem e Reiki na redução de estresse e ansiedade em clientes do Instituto de Terapia Integrada e Oriental, em São Paulo (Brasil).	A Massagem + Reiki alcançaram melhores resultados entre os grupos
UMA SESSÃO DE REIKI	RODRIGUEZ et	Investigar os efeitos	Uma sessão de Reiki de

<p>EM ENFERMEIRAS DIAGNOSTICADAS COM SÍNDROME DE BURNOUT TEM EFEITOS BENÉFICOS SOBRE A CONCENTRAÇÃO DE IGA SALIVAR E A PRESSÃO ARTERIAL</p>	<p>al., 2011.</p>	<p>imediatos na imunoglobulina A salivar (IgAs), na atividade de <math>\alpha</math>- amilase e na pressão arterial, após uma aplicação de Reiki em enfermeiras que sofrem da síndrome de Burnout.</p>	<p>30 minutos pode melhorar de forma imediate a resposta de IgAs e da pressão arterial diastólica em enfermeiras com síndrome de Burnout</p>
---	-------------------	--	--

De acordo com Barbosa et al. (2016), o Reiki apresenta achados importantes na alteração do padrão de do sono, com redução de 42,29% dos casos de insônia após oito sessões. Além de que ainda refere como achado significativo no mesmo estudo citado, a diminuição dos escores para depressão em torno de 15,37%.

Segundo ao achado de Rodriguez et al. (2011) uma única sessão de Reiki produz melhora instantânea da função imunológica e auxilia no controle da pressão arterial em indivíduos com Síndrome de Burnout (SB).

Pode-se citar também o estudo de Kurebayashi et al. (2016) onde reitera que a massagem associada ao reiki consegue ampliar os 24,0% a redução dos níveis de estresse, além de apresentar efeito positivo na diminuição da pressão arterial além de redução de insônia e pesadelos.

O Reiki ainda se revela como curativo e harmonizador, aliviando dores e diminuindo a ingesta de medicamentos alopáticos como analgésicos proporcionando uma a melhoria na qualidade de vida da população (FREITAG ET AL., 2014).

A eficácia no controle de ansiedade, dor e bem-estar global em pacientes antes e depois da aplicação do Reiki promoveram melhora no bem-estar, qualidade do sono, relaxamento, alívio da dor, e redução dos níveis de ansiedade (FREITAG; ANDRADE; BADKE,2015).

## CONCLUSÃO

De acordo com as pesquisas selecionadas para compor esta revisão, é explícito que os autores destacam que de um modo geral após a aplicação do Reiki as pessoas referem uma melhora significativa na restauração de sua saúde em virtude da ativação da sua energia remetendo a esta

uma melhora considerável em relação a ansiedade, dores, estresse, aumento das células de defesa e diminuição dos níveis pressóricos, além da contribuição para o equilíbrio das necessidades físicas, mentais, emocionais e espirituais.

## REFERÊNCIAS

FREITAG, Vera Lucia; ANDRADE, Andressa de; BADKE, Marcio Rossato. **O Reiki como forma terapêutica no cuidado à saúde: uma revisão narrativa da literatura.** Enfermería Global, Nº 38. Página 353. 2015

Barbosa, G. Pereira, et al. **Reiki como pratica integrativa e complementar: uma revisão integrativa.** REAS, Revista Eletrônica Acervo Saúde. 2016.

Kurebayashi, L. F. Sato, et al. **Massagem e Reiki para redução de estresse e ansiedade: Ensaio Clínico Randomizado.** Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2016.

Rodríguez, L. Diaz. **Uma sessão de Reiki em enfermeiras diagnosticadas com síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a concentração de IgA salivar e a pressão arterial.** Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2011.

Freitag, V. Lucia. **Benefícios do Reiki em População Idosa com Dor Crônica.** Texto Contexto Enferm, Florianópolis. 2014.