

## Reiki como prática integrativa e complementar: uma revisão integrativa

## Reiki as integrative practice and supplementary: an integrative review

## Reiki como práctica de integración y complementaria: una revisión integradora

Gessica Pereira Barbosa

Diego Santos Silva

Leticia de Oliveira Silva

Kelly Daniely Pereira Peres

Jaqueline D'Paula Ribeiro Vieira Torres

Meriele Santos Souza

---

### RESUMO

**Objetivo:** Conhecer a eficácia do uso de tal prática no tratamento de enfermidades com ênfase na aplicação desta pelo profissional enfermeiro. **Métodos:** Trata-se de um estudo realizado através do levantamento de dados literários constantes a respeito da prática do *Reiki* na prevenção, tratamento e/ou cura de patologias. **Resultados:** Como amostra final foram encontrados 6 artigos que se adequaram aos critérios de inclusão, sendo LILACS (2), BDENF (1), MEDLINE (1) e SCIELO (3). Na análise dos artigos selecionados, foi possível inferir que, como terapia alternativa complementar, o *Reiki* tem demonstrado resultados positivos de sua aplicação como objeto de busca pelo restabelecimento da saúde. **Conclusão:** O *reiki* demonstrou ser eficiente em vários quesitos da atenção e cuidado de enfermagem proporcionando um restabelecimento e melhora da qualidade de vida dos utentes.

**Palavras-chave:** Reiki; Toque terapêutico; Toque terapêutico em enfermagem.

---

### ABSTRACT

**Objective:** To determine the efficacy of this practice in the treatment of diseases with an emphasis on application of the professional nurse. **Methods:** This is a study by surveying constant literary data on the practice of Reiki in the prevention, treatment and / or cure of diseases. **Results:** As a final sample were found 6 articles that suited the inclusion criteria, LILACS (2), BDENF (1), MEDLINE (1) e SCIELO (3). In the analysis of the selected articles, it was possible to infer that, as a complementary alternative therapy, Reiki has shown positive results of its application as a search object for the restoration of health. **Conclusion:** reiki shown to be effective in several issues of care and nursing care providing restoration and improvement of the quality of life of users.

**Key words:** Reiki ; Therapeutic touch; Therapeutic touch in nursing.

---

<sup>1</sup> Faculdades Unidas do Norte de Minas – FUNORTE.

## RESUMEN

**Objetivo:** Determinar la eficacia de esta práctica en el tratamiento de enfermedades con énfasis en la aplicación de la enfermera profesional. **Métodos:** Se trata de un estudio de los datos de medición literarias constantes en la práctica de Reiki en la prevención, tratamiento y / o curación de enfermedades. **Resultados:** Como no se encontraron una muestra final 6 artículos que se adapten a los criterios de inclusión, LILACS (2), BDNF (1), MEDLINE (1) e SCIELO (3). En el análisis de los artículos seleccionados, era posible inferir que, como una terapia alternativa complementaria, Reiki ha mostrado resultados positivos de su aplicación como un objeto de búsqueda para la restauración de la salud. **Conclusión:** reiki demostrado ser eficaz en varios aspectos de la atención y el cuidado de enfermería que presta la restauración y mejora de la calidad de vida de los usuarios.

**Descriptor:** Reiki; Toque terapêutico; Toque terapêutico en enfermería.

## INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, vem sendo procurado no Brasil, outros tipos de técnicas que visem à promoção, prevenção e recuperação da saúde, além daquelas ofertadas pela medicina atual; as Terapias Alternativas Complementares (GAVIN, et al; 2010).

O Reiki é uma das várias modalidades da medicina alternativa complementar de tratamento. É importante ressaltar os benefícios adquiridos fisicamente e emocionalmente através de tal terapia, tornando-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 demais células não tratadas dentro da situação clínica (OLIVEIRA, 2012). Motta e Barros (2014, p. 50) trazem a tradução do vocábulo reiki:

a palavra rei em japonês significa universal e ki é termo usado para descrever a energia vital que carrega a força da vida. Da união da palavra rei (universal) com a palavra ki (energia vital) temos energivital universal. A técnica utiliza sons e símbolos considerados sagrados no oriente para a canalização da energia vital e é aplicada por meio do toque das mãos no corpo do enfermo a distância ou em posições específicas.

Sendo uma das ramificações budistas do Qigong chinês tendo também influência do Xintoísmo japonês, reiki foi redescoberto e divulgado no final do século XIX por Mikao Usui. Hoje, existem em diversas versões, umas verdadeiras e outras tomadas como adaptações aos padrões ocidentais. (TEIXEIRA, 2009)

A enfermeira Dolores Krieger em 1972 criou o toque terapêutico baseado no reequilíbrio e na harmonização do campo de energia humano. Visando o reequilíbrio da saúde do ser humano, as técnicas de imposição de mãos são práticas que integram e complementam o tratamento, através do trabalho e pela manipulação da energia vital.

Em pesquisa realizada pelo Ministério da Saúde em 2004, dentre as práticas integrativas e complementares encontradas no Brasil o reiki foi reconhecido como a prática mais adotada pelo Sistema Único de Saúde (SUS) num percentual de 25,6%. O fato pode ser explicado por vários motivos: não necessitar de procedimentos invasivos; existem raros registros de contraindicação; não necessitar de esforço físico e restabelecimento de energia de acesso simples e fácil (MOTTA E BARROS, 2014).

No tocante ao cuidado em enfermagem, o toque terapêutico é uma prática que está resguardada pelo Conselho Federal de Enfermagem, conforme a resolução COFEN-197/ 1997, sendo as terapias complementares reconhecidas e estabelecidas como de competência e domínio do profissional de Enfermagem (MARTA, et al, 2010). Garvin; Oliveira; Gherardi-Donato (2010) demonstram que tais práticas são tidas como ferramenta útil dentro da área de saúde, percebendo que tem se destacado entre os profissionais de saúde que utilizam as técnicas nos usuários do serviço. Nesta visão, o enfermeiro tem maior autonomia na orientação e esclarecimento dos mesmos sobre métodos naturais, devido à proximidade direta com a comunidade.

Na busca de revisar os trabalhos acerca da terapia complementar reiki, o presente estudo objetivou-se em conhecer a eficácia do uso de tal prática no tratamento de enfermidades com ênfase na aplicação desta pelo profissional enfermeiro.

## METODOLOGIA

O presente trabalho se constitui em uma revisão integrativa de literatura, sendo um método que propicia um conhecimento sintetizado e a agregação dos resultados de estudos apreciáveis na prática, tendo como objetivo o agrupamento de estudos concretizados a respeito de um assunto explícito vindo a formular uma conclusão do conjunto destes. (SOUZA, et al., 2010)

**Quadro 1- Distribuição dos estudos, seus objetivos e resultados consoantes ao uso da terapia complementar Reiki no cuidado de enfermagem.**

<b>Título do artigo</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Tipo de estudo</b>
Toque terapêutico: influência nos parâmetros vitais de recém-nascidos	Comparar os parâmetros vitais apresentados por recém-nascidos internados na unidade de terapia intensiva neonatal antes e após o toque terapêutico.	Estudo quase experimental, de abordagem quantitativa
Tendências da pesquisa envolvendo o uso do toque terapêutico como uma estratégia de enfermagem	O objetivo foi apresentar as tendências dessas pesquisas com relação aos efeitos fisiológicos, psicológicos e comportamentais atribuídos à intervenção, bem como alguns resultados obtidos por meio de estudos comparativos e associativos entre TT e outras intervenções aplicadas a pacientes.	Revisão de literatura
Efetividade do Toque Terapêutico sobre a dor, depressão e sono em pacientes com dor crônica: ensaio clínico	Este estudo teve como objetivo verificar a efetividade do Toque Terapêutico na diminuição da intensidade da dor, escores de auto-avaliação de depressão e melhora da qualidade do sono.	Ensaio clínico do tipo antes e depois
Benefícios do reiki em população idosa com dor crônica	O objetivo desta pesquisa foi identificar e analisar os benefícios vivenciados com a prática de Reiki em pessoas idosas com dor crônica não-oncológica	Estudo qualitativo, descritivo e exploratório
Efeito do Reiki na hipertensão arterial	Verificar o efeito imediato do Reiki na pressão arterial alterada.	Pesquisa experimental, duplo cego
Importância do Reiki para alunos do Curso de Licenciatura em Enfermagem	Saber qual a importância que os alunos licenciatura de enfermagem atribuem ao Reiki e comparar a opinião dos alunos do primeiro, segundo, terceiro e quarto ano sobre a importância do Reiki para a Licenciatura em Enfermagem.	Estudo quantitativo, transversal, descritivo comparativo

A pesquisa foi realizada na base de dados da SCIELO, LILACS, MEDLINE, e BDNF no período de 10 de abril a 28 do mês referido. Os descritores utilizados foram reiki, toque terapêutico e toque terapêutico em enfermagem.

Como critérios de exclusão foram excluídos os artigos que não estavam disponíveis em texto completo, que não se relacionavam concomitantemente à reiki e toque terapêutico como terapia complementar. E de inclusão, artigos publicados no intervalo de tempo definido (6 anos), disponíveis em língua portuguesa e produzidos no Brasil.

Foi encontrado um total de 24 artigos sendo 20 nas bases da LILACS, MEDLINE, e BDNF e 4 na SCIELO. Entre estes, alcançou-se uma amostra compreendida por 06 artigos publicados entre 2010 e 2014, segundo critérios mencionados, importantes para o alcance do objetivo do presente trabalho após leitura dos títulos e resumos dos mesmos.

## RESULTADOS

Na análise dos 06 artigos selecionados, foi possível inferir que, como terapia alternativa complementar, o Reiki tem demonstrado resultados positivos de sua aplicação como objeto de busca pelo restabelecimento da saúde. Os mesmos estão dispostos no **Quadro 1**, com os títulos e objetivos relativos a cada um.

### Entendendo as bases do Reiki

Existem três níveis que transmitem o reiki, chamados de sintonizações: Shoden, Okudene e Shinpiden. Estas sintonizações têm objetivo de gerar harmonia do corpo como um todo, mentalmente, espiritualmente e corporalmente. Shoden significa “Despertar”, que refere a comunicação do corpo. Okuden significa “Transformação”, onde trabalha o âmbito mental, a respeito de bloqueios mentais e emocionais. Shinpiden corresponde a “Consciência”, a parte espiritual, é o nível em que a pessoa deve receber o grau de mestre. (MACHADO, 2012)

Após a sintonização, é obrigatória a tramitação pelos vinte e um dias de purificação. Nesta fase, a limpeza e a cura são os principais objetivos, sendo que “os sintomas de desintoxicação mais comuns durante este período de tempo são: diarreia, erupções cutâneas, suores, libertação de emoções, aumento de sonhos e a pessoa pode se sentir aérea”. (MACHADO, 2012, p. 33)

A imposição de mãos é usada no Reiki em pontos vitais do corpo chamados chakras. Teixeira (2009, p. 151) define chakras como sendo: “Os centros de forças ou chakras do reiki são chamados de nâdis na filosofia hindu e constituem uma extensa rede de pontos sutis de energia paralela aos nervos corporais”. Machado (2012,

p. 34) traz a seguinte definição de chakras: “... rodas da mente que vivem nas florestas dos desejos...” e relata que a harmonia entre estes traz como resultado a saúde perfeita.

A força vital transmitida por este método abrange todo o sistema de glândulas endócrinas e órgãos do corpo, energizando o ser humano em vários 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.

## DISCUSSÃO

A amostra se mostrou como uma limitação para o estudo, considerando que apesar do grande número de estudos voltados à temática, vários foram descartados em favor de não condizerem aos critérios de escolha. Entretanto, o mesmo serve como base de incentivo a estudos posteriores.

A aplicação de Reiki em diversos estudos tem demonstrado resultados positivos em relação a tratamentos e cuidados de enfermagem. Em recém-nascidos, o toque terapêutico traz redução do metabolismo basal, diminuindo, assim, os parâmetros vitais e provocando um maior relaxamento. (RAMADA ALMEIDA e CUNHA, 2013)

Vasquez, Santos, Carvalho (2011) também citam a melhora dos sinais vitais, como pressão arterial, frequência cardíaca e respiratória, no ser em tratamento oncológico, em situação crítica de saúde e até mesmo em pessoas saudáveis. Além dos efeitos fisiológicos como a redução da dor que é citada pelos vários autores dos estudos envolvidos (RAMADA ALMEIDA e CUNHA, 2013; MARTA, et al., 2010; FREITAG, et al., 2014), outros fatores avaliados como os psicológicos e comportamentais, onde constatou redução de ansiedade, melhora da alteração de humor e da agitação.

Salles, et al. (2014) deixa claro o efeito do reiki sobre a hipertensão arterial, demonstrando resultados significativos na redução dos níveis pressóricos.

Com relação à alteração do padrão de sono, foi encontrado um resultado de 42,29% após oito sessões da terapia demonstrando resultado significativo diante da análise. Ainda, foi referida diminuição dos escores para depressão (15,37%) no qual se avaliou além do sono: fadiga, humor e disposição para o trabalho. (MARTA, et al, 2010)

Machado (2012) traz ao conhecimento que, apesar da importância do reiki, como já discutido, existe pouca compreensão por parte dos acadêmicos de enfermagem

a respeito de tal prática, deixando clara a necessidade da ampliação da abordagem das práticas alternativas em sala de aula, considerando que as mesmas são complementares ao cuidado, tornando, eficientemente, integral a assistência prestada ao ser, e incentivando posteriores trabalhos de pesquisa.

## **CONCLUSÃO**

Diante do presente estudo, concretiza-se que o Reiki é uma das alternativas complementares que ajuda o ser

a reestabelecer sua saúde conforme os vários autores já demonstraram, sendo um método barato, simples e sem terapias invasivas, que corrobora com os profissionais da Enfermagem para uma visão mais holística, vendo o ser humano em sua totalidade e não de forma isolada. Notamos também que são métodos muitas das vezes negligenciados e/ou desconhecidos tanto por parte dos profissionais quanto por parte dos usuários. Mas que futuramente e para muitos estará associada a outras terapias restauradoras da saúde.

---

## **REFERÊNCIAS**

1. FREITAG, V. L. et al. Benefícios do reiki em população idosa com dor crônica. *Texto Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v.23, n.4, p. 1032-1040, Out-Dez, 2014.
2. GAVIN, R. O. S. et al; *Terapias Alternativas Complementares: uma visão do conhecimento dos acadêmicos de enfermagem*. *Ciências Cuidado em Saúde*, n.9, v.4, p.760-765, 2010.
3. MACHADO, A. R. Importância do reiki para os alunos do Curso de Licenciatura em Enfermagem. Ponte de Lima.Repositório Institucional, fev, 2012.
4. MARTA, I. E. R., et al. Efetividade do Toque Terapêutico sobre a dor, depressão e sono em pacientes com dor crônica: ensaio clínico. *Revista Escolar de Enfermagem USP*, v.44, n.4, p. 1100-1106, 2010.
5. MOTTA, P. M. R. da; BARROS, N. F. de. Aplicação de Técnicas de Imposição de Mãos na dor: reiki, toque terapêutico e toque de cura. *Brasília Médica*, Brasília, n.51, v.1, p. 49-58, 2014.
6. OLIVEIRA, J. F. de.; OLIVEIRA, M. S. de.; GOMES, U. O Reiki na Ciência – Técnica Utilizada na Restauração da Saúde. XII Safety, Health and Environment World Congress. São Paulo, 2012.
7. RAMADA, N. C. O. ALMEIDA, F. A., CUNHA, M. L. R. Toque terapêutico: influência nos parâmetros vitais de recém-nascidos. *Einstein*, v.11, n.4, p.421-425, 2013.
8. SALLES, L.F. et al.Efeito do reikinahipertensão arterial. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v.27, n.5, p. 479-484, 2014.
9. TEIXEIRA, F. N. B. Reiki: religião ou prática terapêutica? *Temática Livre*, Belo Horizonte, v. 7, n. 15, p.142-156, dez. 2009.
10. VASQUEZ, C.I., SANTOS, D.S., CARVALHO, E.C.Tendências da pesquisa envolvendo o uso do toque terapêutico como uma estratégia de enfermagem. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v.24, n.5, p. 714-714, 2011.

---

**Recebido em: 3/2016.**

**Aceito em: 5/2016.**