

Reiki, Ampliando Recursos para Saúde e Qualidade de Vida.

NAGATA MFA, BONAFÉ CA, PEREIRA SL, MORAES NM, CORREIA MCS

praticasintegrativas@sjc.sp.gov.br

Secretaria de Saúde – SJC

PALAVRAS-CHAVE: REIKI, SAÚDE, COMPLEMENTARES

O Núcleo de Práticas Integrativas e Complementares de São José dos Campos-SP, foi implantado em 2010, objetivando colocar o indivíduo, em sua completude, no centro de atenção máxima durante o atendimento, promovendo autonomia na busca de uma melhor qualidade de vida. Regulamentadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e Ministério da Saúde (MS) (Portaria GM/MS971/2006 e 145/2017), atualmente são oferecidas as práticas de Lian Gong, Shantala e Reiki pela Secretaria de Saúde do Município. Este trabalho descreve os resultados preliminares da Implantação da Técnica Terapêutica Oriental Reiki (Mikao Usui, terapia de toque) em uma Unidade de Saúde da Família, seguindo um protocolo validado pela secretaria de saúde. A equipe multidisciplinar da Unidade de Atenção Primária e Estratégia de Saúde da Família da Região Leste (Parque Novo Horizonte) realizou os encaminhamentos para atendimento de Reiki dos pacientes diagnosticados com depressão, distúrbio de ansiedade e/ou insônia, sendo estes como diagnósticos de base ou associados (Síndrome do Pânico, Asma, Fibromialgia, Obesidade, Síndrome do Intestino Irritável, Endometriose, Diabetes, Hipertensão Arterial, Artrite Reumatoide e Lúpus Eritematoso). Para cada paciente encaminhado, foram disponibilizadas seis sessões individuais de quarenta minutos, com frequência semanal, aplicadas por um profissional da rede devidamente capacitado pela Casa do Reiki Consciente/SJC. Participaram deste estudo 46 pacientes, sendo 97,8% destes, pertencentes ao sexo feminino. Verificou-se que 17,4% apresentaram idade entre 20 a 40 anos, 67,4% entre 40 a 60 anos e 15,2% entre 60 a 80 anos de idade. Dos pacientes que iniciaram o tratamento, 17,4% (n=08) não concluíram todas as sessões oferecidas. O uso de medicamentos psicotrópicos, ansiolíticos e antidepressivos foi relatado por 41,2% dos pacientes, além de outros medicamentos para o controle das doenças crônicas. Observou-se a partir da terceira sessão, evolução positiva e progressiva nos quadros diagnosticados (depressão, ansiedade e insônia) em todos os pacientes encaminhados, por meio dos registros na Escala Visual Analógica adaptada para avaliar a percepção dos níveis de depressão, ansiedade e insônia. Naqueles que concluíram a terapia, na última sessão descreveram outros benefícios, como: redução das dores no corpo, quadril e coluna, melhora da fibromialgia e de processos alergênicos, controle de cefaleias, relaxamento e melhora na autoestima. Estes achados evidenciam a importância da ampliação dos atendimentos, com a terapia Reiki (Mikao Usui, terapia de toque), como recurso para promoção de saúde e qualidade de vida, tendo em vista que o Reiki utilizado é uma técnica de relaxamento por toque que promove bem estar físico e mental, sendo que o toque estimula o sistema parassimpático antagonizando o sistema luta-fuga (simpático).