

RESUMO

#77 Efeito do reiki em mulheres com dor crônica e transtornos de ansiedade e/ou depressão

Effect of reiki on women with chronic pain and anxiety and/or depression disorders

Introdução: A dor crônica pode levar a alguns sintomas como: incapacidade, imobilidade, ansiedade, medo e depressão. Acomete majoritariamente mulheres acima de 41 anos, no Brasil. O Ministério da Saúde implantou em 2006 a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS)¹, tendo sido o Reiki incluído à PNPIC em 2017. O Reiki é um sistema de reequilíbrio energético que atua diretamente na causa dos problemas de saúde, agindo no campo vibracional do indivíduo, reequilibrando mente e corpo². Levando em conta que 37% dos brasileiros sofrem com dor crônica e que esta geralmente está acompanhada de sintomas de depressão/ ansiedade e possíveis efeitos adversos por uso prolongado de medicamentos analgésicos; considera-se a atuação do Reiki como possível contribuição para usuários nestas situações. **Objetivo:** Investigar os impactos do Reiki em pacientes do sexo feminino, adultas e idosas com dor crônica, por meio de aplicação de escalas para avaliar ansiedade, depressão, incapacidades e dor antes e após sessões de Reiki; assim como investigar os efeitos subjetivos deste, por meio do discurso das pessoas investigadas. **Método:** A pesquisa foi realizada, após submissão e aprovação por Comitê de Ética em Pesquisa, em uma Unidade Básica de Saúde do município de Botucatu. Após a busca pelas usuárias que se enquadravam nos critérios de inclusão da pesquisa [≥ 40 anos, dor por período ≥ 3 meses, pontuar score de possível ou provável depressão e/ou ansiedade pela Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HAD) e não estarem realizando tratamento físico convencional ou de Práticas Integrativas Complementares (PIC)]; as 14 participantes selecionadas foram divididas aleatoriamente por sorteio em dois grupos de 7 integrantes: grupo controle (GC) e grupo Reiki (GR), onde cada grupo desenvolveu-se em dias diferentes, em 8 encontros uma vez por semana com du-



Isabela Firmino de Moraes¹

Larissa Liane Polim Procópio¹

Maria Helena Borgato¹

Karina Pavão Patrício¹

¹Faculdade de Medicina da Universidade Estadual Júlio de Mesquita Filho, Botucatu, SP, Brasil.

E-mail: isabela.firmino@gmail.com

ração de 20 minutos cada. Em ambos os grupos as participantes permaneceram vendadas em silêncio, em cadeiras; tendo atrás de si um voluntário que, no GC, apenas permanecia sentado sem qualquer atuação, e no GR, os voluntários eram reikianos e aplicavam Reiki em direção ao chakra cardíaco nas costas das participantes a uma distância de 20 centímetros. As participantes responderam aos questionários: Questionário de Incapacidade Roland Morris, Escala de Pensamentos Catastróficos sobre a Dor e Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão no primeiro e último encontro, além da Escala Visual Numérica ao início de cada sessão. Após as 8 sessões, as participantes do GR compareceram a um grupo focal com questões norteadoras sobre os aspectos subjetivos vivenciados durante e após os encontros, sob posterior análise segundo referencial metodológico de análise de conteúdo de Bardin

do tipo temático. **Resultados:** A pontuação das escalas no GR demonstrou maiores resultados na diminuição de ansiedade e depressão e foram verificados maiores resultados sobre os pensamentos catastróficos e incapacidades no GC; não houve, porém, diferença significativa entre os resultados obtidos em cada grupo. Em relação à subjetividade vivenciada, foram relatadas sensações de paz, bem-estar e leveza física, sem mudanças notáveis no cotidiano. **Conclusões:** Futuros trabalhos com maior número de amostra, frequência e tempo de aplicação de Reiki fazem-se necessários para melhor exploração dos efeitos desta técnica. Os aspectos individuais relacionados à dor e limitações físicas também demonstram maiores ou menores efeitos do Reiki durante um período de tratamento. O crescente interesse pelo Reiki no SUS ressalta a importância de novos trabalhos com esta terapia.

Palavras-chave: Reiki. Dor Crônica. Ansiedade. Depressão

REFERÊNCIAS

1. Brasil. Ministério da Saúde. Política nacional de práticas integrativas e complementares no SUS - PNPIC-SUS: atitude de ampliação de acesso. Brasília: Ministério da Saúde; 2006. (Série B. Textos Básicos de Saúde)
2. Bessa JHN, Oliveira DC. O uso da terapia reiki nas américas do norte e do sul: uma revisão. Rev Enferm UERJ. 2013; 21(1): 660-64.