

A terapia de Reiki e a saúde do trabalhador

Reiki therapy and worker health

Terapia Reiki y salud del trabajador

Recebido: 18/06/2022 | Revisado: 29/06/2022 | Aceito: 02/07/2022 | Publicado: 12/07/2022

Erica Lima Ramos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7894-0938>
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: somarle@yahoo.com.br

Giovana Cópia Vieira

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3761-6530>
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: giovanavieira@hotmail.com

Suelen Veras Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2519-1352>
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: suvgomes@outlook.com

Joanir Pereira Passos

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6880-4545>
Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro, Brasil
E-mail: joppassos@hotmail.com

Resumo

Objetivo: Descrever os trabalhos acerca da terapia complementar Reiki no campo da saúde do trabalhador. **Metodologia:** Revisão integrativa, a qual utilizou-se as bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde, com seleção das bases LILACS, PubMed e SciELO, com recorte temporal entre 2012 e 2022. Foram identificadas 10.395 produções no total para todos os descritores utilizados nesta pesquisa, mas conforme os critérios de inclusão e exclusão, 05 artigos foram identificados e selecionados como relevantes ao estudo. **Resultados:** As produções selecionadas que contemplaram a pesquisa, demonstraram a importância do Reiki na questão da qualidade de vida, do cuidado e da necessidade de maior conhecimento na utilização desta prática integrativa visando a saúde do trabalhador. **Conclusão:** O Reiki é uma importante ferramenta no cuidado ao trabalhador, uma técnica que apresenta benefícios, uma visão holística do ser humano e por ser de baixo custo facilita a sua implementação. Por meio dos resultados das produções analisadas, ficou evidenciado que os sujeitos das pesquisas apresentaram melhorias da qualidade de vida dos sujeitos. A revisão revelou que existem poucas pesquisas que buscam comprovar a eficácia nos cuidados prestados utilizando o Reiki como uma intervenção, principalmente no campo da saúde do trabalhador.

Palavras-chave: Toque terapêutico; Saúde do Trabalhador; Terapias complementares.

Abstract

Objective: To describe the work on Reiki complementary therapy in the field of worker health. **Methodology:** Integrative review, which used the Virtual Health Library databases, with selection of LILACS, PubMed and SciELO databases, with a time frame between 2012 and 2022. The total of 10,395 productions were identified for all descriptors used in this study. Research, but according to the inclusion and exclusion criteria, 05 articles were identified and selected as relevant to the study. **Results:** The selected productions that contemplated the research demonstrated the importance of Reiki in the issue of quality of life, care and the need for greater knowledge in the use of this integrative practice aiming at the health of the worker. **Conclusion:** Reiki is an important tool in worker care, a technique that has benefits, a holistic view of the human being and because it is low cost, it facilitates its implementation. Through the results of the analyzed productions, it was evident that the research subjects showed improvement in the symptoms reported before the Reiki therapy sessions. Thus, Reiki promoted improvements in the subjects' quality of life. The review revealed that there are few studies that seek to prove the effectiveness of care provided using Reiki as an intervention, especially in the field of worker health.

Keywords: Therapeutic touch; Occupational Health; Complementary therapies.

Resumen

Objetivo: Describir el trabajo sobre la terapia complementaria de Reiki en el campo de la salud del trabajador. **Metodología:** Revisión integradora, que utilizó las bases de datos de la Biblioteca Virtual en Salud, con selección de las bases de datos LILACS, PubMed y SciELO, con un marco temporal entre 2012 y 2022. Se identificaron un total de 10.395 producciones para todos los descriptores utilizados en esta investigación, pero de acuerdo con los criterios

de inclusión y exclusión, 05 artículos fueron identificados y seleccionados como relevantes para el estudio. Resultados: Las producciones seleccionadas que contemplaron la investigación demostraron la importancia del Reiki en la cuestión de la calidad de vida, del cuidado y la necesidad de mayor conocimiento en el uso de esta práctica integradora visando la salud del trabajador. Conclusión: Reiki es una herramienta importante en el cuidado del trabajador, una técnica que tiene beneficios, una visión holística del ser humano y por ser de bajo costo facilita su implementación. A través de los resultados de las producciones analizadas, se evidenció que los sujetos de la investigación mostraron mejoría en los síntomas relatados antes de las sesiones de terapia de Reiki. Así, Reiki promovió mejoras en la calidad de vida de los sujetos. La revisión reveló que existen pocos estudios que busquen probar la efectividad de la atención brindada utilizando Reiki como intervención, especialmente en el campo de la salud del trabajador.

Palabras clave: Tacto Terapéutico; Salud Laboral; Terapias complementarias.

1. Introdução

A saúde do trabalhador configura-se como um campo de práticas e de conhecimentos estratégicos interdisciplinares - técnicos, sociais, políticos, humanos -, multiprofissionais e interinstitucionais, voltados para analisar e intervir nas relações de trabalho que provocam doenças e agravos. (Minayo & Thedim, 1997). Seus marcos referenciais são os da Saúde Coletiva, ou seja, a promoção, a prevenção e a vigilância.

Os avanços tecnológicos dos últimos anos trouxeram mudanças significativas no modo de produção capitalista, refletindo de forma positiva no aumento da produtividade do trabalho, no consumo e na elaboração de novos produtos e mercadorias. Entretanto, as inovações tecnológicas e organizacionais deram uma nova feição na relação entre o homem e o trabalho, exigindo deste uma maior capacidade de adaptação aos novos inventos, como máquinas, equipamentos e computadores. Por outro lado, ocorreu um aumento das doenças ocupacionais, em decorrência dos esforços repetitivos, estresse e maior exigência no ambiente de trabalho. (Serra et al., 2014)

Vale ressaltar, que o trabalhador enfrenta dificuldades de toda ordem, fora e dentro do trabalho e se submete a sobrecarga de trabalho exaustiva para se manter no mercado competitivo. Mediante isso, a Saúde do trabalhador considera que o trabalhador, além do objeto de seus benefícios, deve ser também sujeitos das ações de transformação dos fatores determinantes do seu processo de adoecimento. (Ramos, 2009)

Dessa forma, a implantação e realização das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) apresentam-se como estratégia para melhoria da saúde física e mental desses trabalhadores, uma vez que estas práticas auxiliam na promoção e prevenção da saúde por meio de uma visão expandida do processo saúde-doença e a ascensão completa do cuidado humano, especialmente do autocuidado. Essas práticas preconizam uma visão holística para o cuidado do indivíduo, com especial atenção à saúde voltada para os aspectos psico-biológico-social-emocional e espiritual favorecendo a qualidade de vida do usuário do sistema de saúde brasileiro. Ceolin et al. (2009)

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) surgem em um contexto favorável de ampliação do olhar e interesse pela compreensão dos adoecimentos, onde os profissionais de saúde buscam novas formas de prevenção e tratamento que enriqueçam sua formação e seu potencial de cuidado em oposição a lógica biomédica, desumanizada nas relações com pacientes e abusiva no uso de tecnologias duras com efeitos iatrogênicos. (Santos & Tesser, 2012)

A Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) contribui para o fortalecimento do SUS ao atuar nos campos da prevenção, promoção, manutenção e recuperação da saúde, sendo baseada em um modelo de atenção humanizada e centrada na integralidade do indivíduo. Além disso, representa um avanço de transformação necessária do modelo assistencial, caracterizado predominantemente pela assistência médica individual, curativa, biologicista, fragmentada e hospitalocêntrica.

Inicialmente a PNPIC incluiu no Sistema Único de Saúde (SUS), as práticas no âmbito da Medicina Tradicional Chinesa - (Acupuntura), da Homeopatia, da Fitoterapia, da Medicina Antroposófica e do Termalismo (Crenoterapia). Em

resposta à demanda de municípios brasileiros, o Ministério da Saúde publicou a Portaria nº 849, de 27 de março de 2017, que incluiu novos procedimentos às práticas já regulamentadas pela Política: Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga. Posteriormente, a PNPIC foi mais uma vez atualizada a partir da publicação de nova portaria (Portaria nº 702, de 21 de março de 2018), que ampliou a oferta com a inclusão de dez práticas: apiterapia, aromaterapia, bioenergética, constelação familiar, cromoterapia, geoterapia, hipnoterapia, imposição de mãos, medicina antroposófica/antroposofia aplicada à saúde, ozonioterapia, terapia de florais. (Dacal & Silva, 2018)

A escolha da prática integrativa e complementar Reiki (toque terapêutico) para realização dessa revisão integrativa surgiu nas pesquisas existentes sobre a temática, dentre elas uma realizada pelo Ministério da Saúde que identificou 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 & Barros, 2014)

Os praticantes de Reiki utilizam a abordagem através de ligeiro contato manual para facilitar a abertura dos seus próprios canais energéticos e, também, dos pacientes. Rodriguez et al. (2011)

O Reiki, como uma dessas práticas integrativas, é uma terapia energética que envolve o uso de energia que flui naturalmente das mãos do praticante para o paciente para fortalecer a capacidade do corpo de se curar e assim aumentar o bem-estar. Quando administrado com terapia padrão, o Reiki é relatado como um método de baixo risco, sem custo e de fácil aplicação que melhora o bem-estar em muitas áreas, como na redução da ansiedade e do estresse e na melhoria da qualidade de vida (Motta & Barros, 2014)

O objetivo deste estudo é descrever os trabalhos acerca da terapia complementar Reiki no campo da saúde do trabalhador.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de caráter exploratório, realizada nos meses de janeiro e fevereiro de 2022, com produções disponíveis nas bases de dados.

Referencia-se o uso desta metodologia, em razão da mesma proporcionar uma extração de informações em pesquisas realizadas, durante um dado período de tempo e sobre um tema específico, o que permite analisar e sintetizar informações relevantes sobre a temática em estudo (Universidade Estadual de São Paulo, 2015).

Este método tem como principal finalidade reunir e sintetizar os estudos realizados sobre um determinado assunto, construindo uma conclusão, a partir dos resultados evidenciados em cada estudo, mas que investiguem problemas idênticos ou similares. Os estudos incluídos na revisão são analisados de forma sistemática em relação aos seus objetivos, materiais e métodos, permitindo que o leitor analise o conhecimento pré-existente sobre o tema investigado. (Pompeo et al., 2009).

O estudo de caráter exploratório é desenvolvido com o objetivo de proporcionar visão geral, de tipo aproximativo, acerca de determinado fato, buscando-se conhecer melhor os fenômenos apontados, esclarecendo conceitos e levantando proposições. (Gil, 1994)

A presente revisão seguiu as etapas: definição da questão norteadora, objetivos, descritores em ciências da saúde e base de dados. Com estes dados definidos foi realizada a busca dos trabalhos nas bases de dados selecionados; leitura dos títulos e resumos; leitura dos textos na íntegra; seleção dos estudos; revisão, exploração, organização e análise crítica dos estudos selecionados para extração dos resultados e discussão da presente pesquisa.

A questão norteadora desta revisão é: “Quais são as evidências científicas da utilização do Reiki na saúde do trabalhador?”

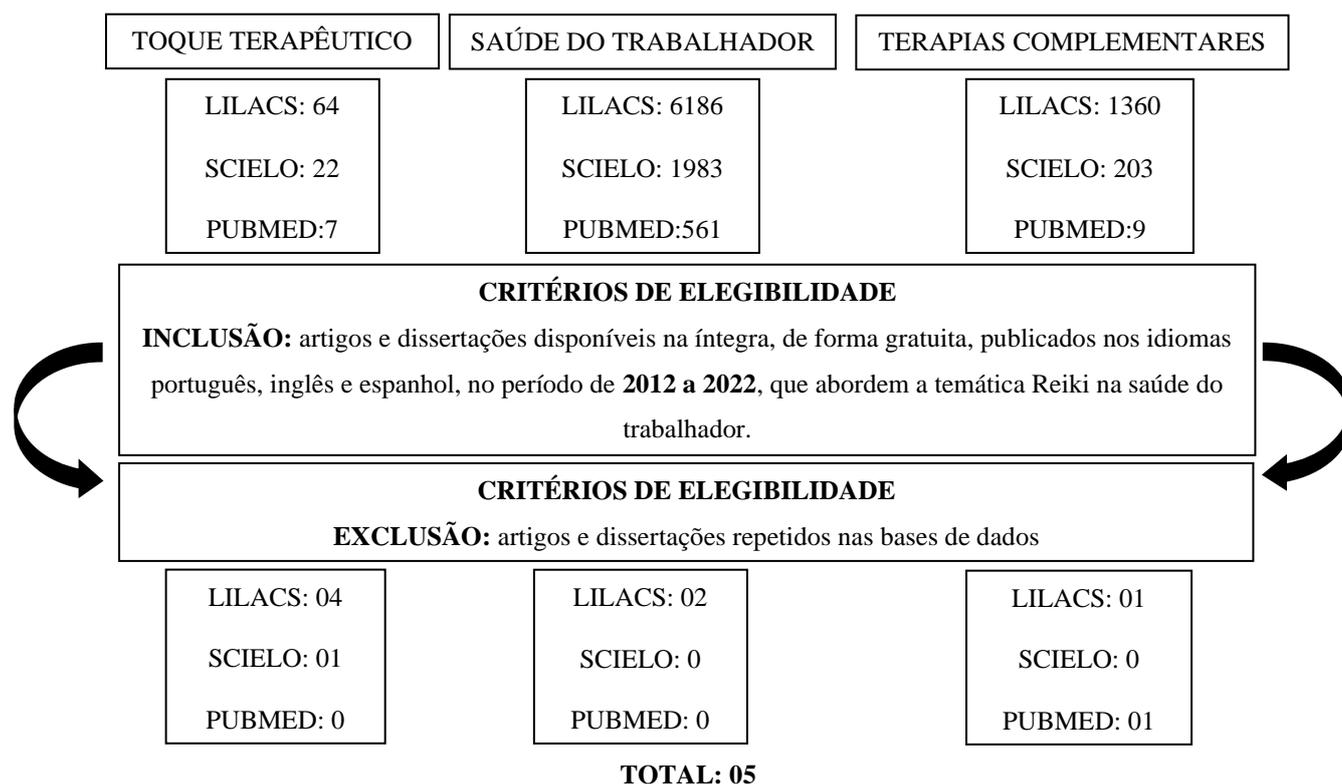
O levantamento bibliográfico foi realizado por meio da busca nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), com seleção das bases LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde), PubMed e biblioteca SciELO (Scientific Electronic Library Online), utilizando os descritores disponíveis no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde): Toque Terapêutico, Terapias Complementares, Saúde do Trabalhador.

Para pesquisa foram estabelecidos os critérios de inclusão que foram: produções disponíveis na íntegra, de forma gratuita, publicados nos idiomas português, inglês e espanhol, no período de **2012 a 2022**, que abordem a temática Reiki na saúde do trabalhador. E como critérios de exclusão foram: produções repetidas nas bases de dados.

Para análise e posterior discussão foi construído um fluxograma (Figura 1) como representação da elegibilidade das produções conforme os critérios de inclusão e exclusão.

Neste estudo, foram encontradas 09 produções conforme os critérios de inclusão estabelecido, sendo removido 04 produções em duplicidade, resultando em 05 estudos que contemplavam o objetivo da revisão.

Figura 1. Fluxograma de inclusão e exclusão das produções. Rio de Janeiro, RJ, 2022.



Fonte: Autores (2022).

3. Resultados e Discussão

A partir do levantamento na base de dados, foram identificadas 10.395 produções no total para todos os descritores utilizados nesta pesquisa. Conforme os critérios de inclusão e exclusão, 05 artigos foram identificados e selecionados como relevantes ao estudo.

As produções selecionadas foram organizadas e sintetizadas no Quadro 1, contemplando os seguintes aspectos: Título da produção, autor, ano de publicação, país, base de dados, periódico, método utilizado e resultados.

Quadro 1: Caracterização dos estudos da revisão integrativa. Rio de Janeiro, RJ, 2022.

Nº	TÍTULO/AUTOR/ANO	PAÍS	BASE DE DADOS/ PERIÓDICO	MÉTODO	RESULTADOS
01	Efeito do Reiki no bem-estar subjetivo: estudo experimental Bessa, J.H.N., Jomar, R. T., Silva, A. V., Peres, E. M., Wolter, R. M.C.P & Oliveira, D.C., 2017	Brasil	SCIELO <i>Enfermeria Global</i>	Estudo randomizado experimental	O Reiki potencializou a dimensão afeto positivo dos indivíduos sem, no entanto, influenciar as dimensões afeto negativo e satisfação com a vida do bem-estar subjetivo.
02	A terapia do reiki na Estratégia de Saúde da Família: percepção dos enfermeiros. Freitag, V. L., Andrade, A., Badke, M.R., Heck, R.M. & Milbrath, V. M, 2018	Brasil	LILACS <i>Cuidado é fundamental</i>	Qualitativo exploratório	Constatou-se que o Reiki melhora da qualidade de vida dos profissionais participantes da pesquisa, equilibrando o físico, o mental, o emocional e o espiritual.
03	Reiki aliado ao cuidado de enfermagem à pessoa com ansiedade: proposta de instrumento para consulta de enfermagem Vellinho, L. P. B., 2019	Brasil	LILACS <i>Dissertação apresentada ao Curso de Mestrado Profissional Enfermagem Assistencial da Universidade Federal Fluminense</i>	Qualitativo	Os resultados mostraram que os participantes apresentaram como principais relatos antes das sessões de Reiki medo de perder o controle, cansaço e fadiga e, após as sessões de Reiki, todos referiram sensação de bem-estar, tranquilidade, calma e leveza.
04	Percepções de profissionais de enfermagem de um hospital geral sobre a intervenção do Reiki. Costa, J. R., Piexak, D.R., Santo, F.H.do E., Oliveira, S. G., Nitschke, R. G. & Marcon, S.S., 2021	Brasil	LILACS <i>Revista de enfermagem da UFSM</i>	Qualitativo	Os participantes da pesquisa relataram um quadro de bem-estar, melhora no padrão de sono e da autoestima, aumento da tranquilidade, mudança de atitudes e redução de sintomas de dor e irritabilidade.
05	Sessão de reiki em profissionais de uma universidade pública: ensaio clínico randomizado Oliveira, L. S., Barreiro, M. S.C., Rodrigues, I.D.C.V., Santos, A.C.F.S., Silva, W.W.S. & Freitas, C. K. A.C., 2021	Brasil	LILACS <i>Revista eletrônica de enfermagem</i>	Ensaio clínico randomizado, simples cego, com grupo experimental e controle	O Reiki proporciona benefícios quanto a diminuição de “afeto negativo”, apesar de não influenciar de forma significativa nas outras dimensões, “afeto positivo” e “satisfação om a vida”.

Fonte: Autores (2022).

Verifica-se no quadro acima que os estudos foram publicados entre 2017 e 2021.

Em relação ao delineamento de pesquisa, identificou-se que das cinco produções, três utilizaram abordagem qualitativa (60%) e duas utilizaram estudo randomizado (40%). As cinco produções selecionadas, foram realizadas no Brasil, nos estados do Rio de Janeiro (02), Rio Grande do Sul (01), Sergipe (01) e Paraná (01).

No que se refere a profissão dos trabalhadores sujeitos das produções encontradas, 04 pesquisas foram realizadas com a equipe de enfermagem e 01 foi realizada com diversos profissionais que atuavam em uma Universidade.

A partir das produções selecionadas pode-se perceber a importância da prática integrativa e complementar Reiki nos trabalhadores. Os estudos encontrados demonstraram, como nos artigos 02 e 04 que a aplicação do Reiki trouxe uma melhora nos quadros de ansiedade, do estresse e a volta do estímulo para exercer a profissão. Os participantes relataram se sentirem mais calmos, relaxados, equilibrados e capazes de autocontrole e autoajuda, melhorando a autoestima. Esses benefícios trouxeram reflexão aos trabalhadores que essa terapia melhora a qualidade de vida e, conseqüentemente, a assistência prestada juntos aos usuários. Além de apresentar repercussões positivas nas relações de trabalho, o Reiki foi considerado benéfico no âmbito individual e familiar, porque promoveu um equilíbrio físico e emocional. (Costa & Freitag, 2021, 2018)

A produção 03 corrobora com os dados encontrados nos artigos supracitados. Comprovando que a terapia Reiki promove a diminuição da ansiedade, sendo que proporcionou para os trabalhadores, sujeitos da pesquisa, o restabelecimento da energia e redução dos níveis de ansiedade com repercussões nos níveis de autocontrole, de concentração, no resgate da

autoestima, no autoconhecimento e consciência corporal. Isso porque o Reiki promove um espaço de relaxamento, autoconhecimento, afastamento ainda que momentâneo do que está deixando a pessoa ansiosa. (Vellino, 2019)

Os autores do artigo 01 e 05 utilizaram a mesma metodologia, com o uso da escala de bem-estar subjetivo que possui itens que descrevem afetos positivos e negativos. A partir da coleta de dados compreenderam que o Reiki é uma terapia que contribui para redução de sentimentos negativos e aumento do bem-estar, considerando essa prática integrativa e complementar um fator protetor e redutor de estresse ocupacional, sendo dessa forma um fator positivo em ofertá-la no âmbito ocupacional. (Bessa & Oliveira, 2017, 2021).

As produções apresentadas no quadro 01, trazem em seu escopo o uso do Toque Terapêutico como um cuidado humanizado, com objetivos em comum de promover e investigar a confiabilidade dessa prática integrativa e complementar.

A partir da análise dos estudos apresentados constatou-se que o uso do Reiki está indicado às diversas populações ou áreas da saúde como saúde do trabalhador, saúde da criança, saúde do adulto e do idoso. (Vellino, 2019). Segundo Costa et al. (2021) as intervenções do Reiki, tem apresentado resultados positivos, seja na redução da dor oncológica ou na atenuação de sintomas associados ao sistema nervoso: depressão, estresse, distúrbio do sono, fadiga, ansiedade e aumento da sensação de relaxamento. Os resultados das produções selecionadas corroboram com Costa et al, visto que todas apontaram para uma melhora significativa dos sintomas estudados.

Vale ressaltar, que a terapia de toque de Reiki é uma terapia complementar de energia de biocampo que envolve o uso das mãos para ajudar a fortalecer a capacidade de cura do corpo. Essa terapia pode ser uma alternativa para o trabalhador, pois se apresenta como uma técnica complementar que atua no restabelecimento e harmonização do organismo que promove o bem-estar no âmbito físico, emocional, mental e espiritual. (De Carli, 2017).

Há um interesse crescente em utilizar o Reiki como tratamento de autocuidado. A incorporação das práticas integrativas e complementares (PICs) aprimora o cuidado continuado, humanizado em saúde, o qual resgata a autonomia dos indivíduos, tornando-os protagonistas do próprio processo de produção de saúde, além de estimular alternativas inovadoras e socialmente contributivas para o desenvolvimento sustentável. (Braga & Brasil, 2019, 2006)

O Reiki surge como um dispositivo importante de cuidado onde o profissional conhece a si mesmo; equilibra harmoniosamente o receptor, corpo, mente e espírito e, desta forma, se habilita a atuar melhor no desempenho do trabalho do dia a dia e no trabalho junto aos grupos. (Freitag et al., 2018)

Sobre o uso do Reiki, pode-se percebê-lo como uma tecnologia de cuidado inovadora, de baixo custo, que pode ser utilizada por profissionais promotores de saúde, com treinamento prévio, buscando um cuidado holístico e humanizado, atendendo a singularidade de cada sujeito. Santos et al. (2021)

Nos últimos anos, a procura de outros tipos de técnicas que visem à promoção, prevenção e recuperação da saúde, além daquelas ofertadas pela medicina atual vem aumentando no Brasil. Gavin et al. (2010). Entretanto Bessa & Oliveira (2017, 2021) relatam nas suas produções a questão da escassez de pesquisas com trabalhadores utilizando terapias complementares.

No mundo capitalista, a saúde do trabalhador muitas vezes é ignorada e a busca pela produtividade se torna uma exigência que acaba comprometendo o profissional, tantos nos aspectos físicos como psicológicos. Oliveira et al. (2017). Dessa forma, se torna importante a realização de pesquisas visando a busca da melhora da qualidade de vida dos trabalhadores, sendo que a qualidade de vida indica o nível das condições básicas e suplementares do ser humano. Estas condições, envolvem desde o bem-estar físico, mental, psicológico e emocional, os relacionamentos sociais, como família e amigos e, também, a saúde, a educação e outros parâmetros que afetam a vida humana (Significados, 2017)

A partir dos dados encontrados, vale ressaltar que as produções selecionadas que contemplaram a pesquisa, demonstraram a importância do Reiki na questão da **qualidade de vida**, do **cuidado** e da **necessidade de maior conhecimento na utilização desta prática integrativa** visando a saúde do trabalhador.

QUALIDADE DE VIDA

O Reiki, ao nutrir e fortalecer o sistema energético dos seres humanos, contribui para que os sentimentos positivos sejam potencializados proporcionando efeitos psicológicos saudáveis. Bessa et al. (2017)

O Reiki enquanto terapia complementar beneficia os profissionais de saúde minimizando o estresse, melhorando a qualidade de vida e consequentemente a assistência prestada junto aos usuários. Freitag et al. (2018)

O Reiki é uma terapia que pode ser autoaplicável, utilizada em diversos cenários e atua na melhoria da qualidade de vidas das pessoas. Oliveira et al. (2021)

Após as sessões de Reiki, as participantes relataram melhora dos sintomas, apresentados antes do início da intervenção: dificuldade de dormir, cansaço físico e mental, dores, melhoras no relacionamento com a família, com o trabalho e consigo. Costa et al. (2021)

CUIDADO

A terapia do Reiki está relacionada com o compartilhar e com o cuidar, cuidar de si mesmo e cuidar do outro e, desta forma, servir como um precursor necessário para o cuidado oferecido. Freitag et al. (2018)

O Reiki surge como um dispositivo importante de cuidado onde o profissional conhece a si mesmo; equilibra harmoniosamente o receptor, corpo, mente e espírito e, desta forma, se habilita a atuar melhor no desempenho do trabalho do dia a dia e no trabalho junto aos grupos. Freitag et al. (2018)

O Reiki pode ser considerado como um instrumento importante de cuidado às pessoas com ansiedade. (Vellinho, 2019)

NECESSIDADE DE MAIOR CONHECIMENTO SOBRE O REIKI

Vale ressaltar, que pesquisas no ambiente ocupacional com terapias complementares, especificamente com o Reiki, ainda são escassas. Portanto, é importante a disseminação de conhecimento e dos resultados de pesquisas sobre o Reiki de forma acessível para toda população, dado que é uma das terapias ofertadas pelo SUS e há evidências de sua efetividade. Oliveira et al. (2017)

A realização de estudos que contemplam a perspectiva de cuidado no sentido holístico e que abordem bem-estar com qualidade de vida para os sujeitos que participam do processo, necessita incluir o Reiki para fortalecer esta terapia enquanto ciência do cuidado e, consequentemente, o reconhecimento desta na saúde. Freitag et al. (2018).

4. Conclusão

Observou-se com esse estudo que o Reiki é uma terapia de harmonização e reposição energética realizada através das mãos, que busca a manutenção ou recuperação da saúde do indivíduo, podendo ser associada a outros tratamentos médicos e terapêuticos. O Reiki é uma importante ferramenta no cuidado ao trabalhador, uma técnica que apresenta benefícios, uma visão holística do ser humano e por ser de baixo custo facilita a sua implementação.

Por meio dos resultados das produções analisadas, ficou evidenciado que os sujeitos das pesquisas apresentaram melhoras dos sintomas relatados anteriormente as sessões da terapia de Reiki. Dessa forma, o Reiki promoveu melhorias da qualidade de vida dos sujeitos.

A revisão revelou que existem poucas pesquisas que buscam comprovar a eficácia nos cuidados prestados utilizando o Reiki como uma intervenção, principalmente no campo da saúde do trabalhador. Novas pesquisas são necessárias, a fim de definir as melhores evidências em todas as áreas no desenvolvimento das Práticas Integrativas e Complementares para que se possa sistematizar tais práticas e propor novos diagnósticos e intervenções com a prática baseada em evidências e com isso, otimizar a assistência prestada e trazer mais visibilidade no cuidado tanto ao paciente, quanto ao trabalhador.

Futuros trabalhos podem descrever e analisar os instrumentos utilizados na coleta de dados para avaliar os benefícios do Reiki nas diversas populações, contribuindo para os pesquisadores que buscam comprovar a importância e a necessidade de ações não biomédicas no tratamento de diversas patologias que interferem no bem-estar do indivíduo.

Referências

- Bessa, J. H. N., Jomar, R. T., Silva, A. V., Peres, E. M., Wolter, R. M. C.P. & Oliveira, D. C. (2017) Efeito do Reiki no bem-estar subjetivo: estudo experimental. *Enfermeria Global*, 48, 415-421.
- Braga, H. H. M. (2019). Práticas integrativas e complementares e educação permanente em saúde: implicação na atenção primária à saúde de Minas Gerais. (Dissertação de Mestrado em enfermagem). Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Brasil.
- Ceolin, T., Heck, R.M., Pereira, D. B., Martins, A. R., Coimbra, V.C.C. & Silveira, D.S.S. (2009). A inserção das terapias complementares no Sistema Único de Saúde visando o cuidado integral na assistência. *Enfermeria Global*, Murcia, 16, 1-9.
- Cordeiro, L.R. & Souza, A.M.A. (2013) Reiki com profissionais de saúde: iniciação de uma prática integrativa complementar para mudanças em níveis espiritual, profissional e pessoal. In: Matos, KSL (Org.). *Cultura de paz, ética e espiritualidade IV*. Fortaleza: Edições UFC, 487-499. <http://www.repositorio.ufc.br/handle/riufc/49427>
- Costa, J. R., Piexak, D. R., Santo, F. H. E., Oliveira, S. G., Nitschke, R. G. & Marcon, S. S. (2021). Percepções de profissionais de enfermagem de um hospital geral sobre a intervenção com Reiki. *Revista de Enfermagem da UFMS*, 11(67), 1-18.
- Dacal, M. P. O. & Silva, I. S. (2018) Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos. *Saúde Debate*, 42 (118), 724-735
- De Carli, J. (2017) *Reiki, amor, saúde e transformação*. (7a ed) Alfabeto
- Freitag, V. L., Andrade, A., Badke, M. R., Heck, R. M. & Milbrath, V. M. (2018) A terapia do reiki na Estratégia de Saúde da Família: percepção dos enfermeiros. *Revista Fundamental Care Online*. 10(1), 248-253.
- Gavin, R. O. S. et al (2010) Terapias Alternativas Complementares: uma visão do conhecimento dos acadêmicos de enfermagem. *Ciências Cuidado em Saúde*, 9(4), 760-765.
- Gil, A. C. (1994) Métodos e Técnicas de Pesquisa Social. Atlas
- Junior, E. E. (2016). Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia para o SUS. *Estudos Avançados*, 30(86), 99-112.
- Minayo, G. C. M & Thedim, C.S. M. F. (1997). A construção do campo de saúde do trabalhador: percurso e dilemas. *Cad Saude Publica*; 13(Supl. 2), 21-32.
- Motta, P. M. R. & Barros, N. F. (2014). Aplicação de Técnicas de Imposição de Mãos na dor: reiki, toque terapêutico e toque de cura. *Brasília Médica*, 51(1), 49-58.
- Motta, P. M. R. Da & Barros, N. F. de. (2014) Aplicação de Técnicas de Imposição de Mãos na dor: reiki, toque terapêutico e toque de cura. *Brasília Médica*, 51(1) 49-58.
- Oliveira, L. S., Barreiro, M. S. C., Rodrigues, I.D.C.V., Santos, A.C.F.S., Silva, W.W.S. & Freitas, C.K.A.C. (2021) Sessão de reiki em profissionais de uma universidade pública: ensaio clínico randomizado. *Revista eletrônica de enfermagem*, 23(64670), 1-7.
- Olson, K, Hanson & J., Michaud, M. (2003). Um estudo de fase II do Reiki para o manejo da dor em pacientes com câncer avançado. *J Pain Symptom Manage* , 26 (5), 990-997.
- Pompeu, D. A., Rossi, L. A. & Galvão C. M. (2009). Revisão integrativa: etapa inicial do processo de validação de diagnóstico de enfermagem. *Acta Paul Enferm*, 22(4),434-438.
- Portaria n° 687 de 30 de Março de 2006. (2006) Aprova a Política Nacional de Promoção da Saúde (PNPS). Brasília, DF. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0687_30_03_2006.html

Portaria nº 702 de 21 de março de 2018. (2018) Altera a Portaria de Consolidação nº 2/GM/MS, de 28 de setembro de 2017, para incluir novas práticas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares - PNPIC. Brasília, DF. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2018/prt0702_22_03_2018.html

Portaria nº 849 de 27 de março de 2017. (2017) Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. Brasília, DF. https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html

Ramos, E. L. (2009) *A Qualidade de Vida no Trabalho: dimensões e repercussões na saúde do trabalhador de enfermagem de terapia intensiva* (Dissertação de Mestrado). Universidade do Estado do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro, Brasil.

Rodriguez, L. D., Morales, M. A., Villanueva, I. C., Lao, C. F., Polley, M. & Peñas, C. F. (2011). Uma sessão de Reiki em enfermeiras diagnosticadas com síndrome de Burnout tem efeitos benéficos sobre a concentração de IgA salivar e a pressão arterial. *Revista Latino Americana de Enfermagem*, 19(5) 1132-1138. <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692011000500010&lng=en&nrm=iso>

Santos, C. M. R., Crispim, M. O., Silva, T. T. M., Souza, R. C. R., Frazão, C. M. F. Q. & Frazão, I. S. (2021) Reiki como cuidado de enfermagem às pessoas em sofrimento psíquico: revisão integrativa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(3).

Santos, M. C. & Tesser, C. D. (2012). Um método para a implantação e promoção de acesso às Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*, 17(11), 3011-3024. <http://www.scielo.br/pdf/csc/v17n11/v17n11a17.pdf>.

Serra, M., Pimenta, L. & Quemelo, P. (2014) Ginástica laboral: uma revisão da literatura. *Revista pesquisa em fisioterapia*. Dezembro; 4(3), 197-205.

SIGNIFICADOS. (2017) *Significado de qualidade de vida*. <https://www.significados.com.br/qualidade-de-vida/>

Silveira, R.C.C.P. (2005) *O cuidado de enfermagem e o cateter de Hickman: a busca de evidências* (Dissertação de Mestrado). Universidade de São Paulo, Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Ribeirão Preto, Brasil.

Tsang, K., Carlson, L.E. & Olson, K. (2007) Ensaio piloto cruzado de reiki versus descanso para o tratamento da fadiga causada pelo câncer. *Integr Cancer Ther*, 6 (1), 25-35.

UNESP. Faculdade de Ciências Agrônomicas. Biblioteca Prof. Paulo de Carvalho Mattos. Tipos de revisão de literatura. (2015) Botucatu. <https://www.fca.unesp.br/Home/Biblioteca/tipos-de-revisao-de-literatura>.

Vellinho, L.P.B. (2019) *Reiki aliado ao cuidado de enfermagem à pessoa com ansiedade: proposta de instrumento para consulta de enfermagem*. (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro, Brasil