

SAÚDE HOLÍSTICA: REIKI COMO PRÁXIS INTEGRATIVAS NO CURSO ENFERMAGEM

Carleanne Rosa Rabello

Resumo

O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência da aplicação do Reiki durante a Semana da Enfermagem no curso de Enfermagem da Universidade Federal MS (UFMS), campus Três Lagoas. A prática de Reiki, uma terapia complementar de origem japonesa, visa promover o equilíbrio energético e o bem-estar, características cada vez mais valorizadas no contexto da saúde. A atividade foi dividida em duas etapas: uma teórica realizada no Campus II e outra prática na Clínica de Práticas Integrativas Complementares do Campus I. A proposta de incorporar o Reiki na formação dos estudantes de enfermagem busca sensibilizar e preparar futuros profissionais para atender às demandas de saúde de maneira holística, considerando não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais e espirituais dos pacientes. Estudos indicam que práticas integrativas como o Reiki podem favorecer a recuperação de pacientes, reduzindo a ansiedade e promovendo relaxamento. Assim, este relato se propõe a refletir sobre a experiência vivida pelos alunos, ressaltando a importância da formação integral na saúde e a inclusão de terapias complementares no currículo da enfermagem. O trabalho busca contribuir para a discussão sobre a relevância do cuidado humanizado e a ampliação do repertório dos futuros enfermeiros.

Palavras-chaves: Reiki; Holístico; Terapia complementar;

Introdução

O Reiki, uma prática de terapia complementar originária do Japão, tem ganhado destaque nas últimas décadas, especialmente em contextos de saúde e bem-estar. No curso de Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campus Três Lagoas, a introdução do Reiki como uma técnica terapêutica tem se mostrado relevante para a formação dos futuros profissionais da área. O uso do Reiki, que consiste na canalização da energia vital para promover o equilíbrio físico, emocional e espiritual, pode ser uma ferramenta valiosa no atendimento aos pacientes, especialmente em um cenário onde a saúde holística é cada vez mais valorizada.

A prática do Reiki é sustentada por princípios que visam a promoção da auto-cura e o alívio do estresse, e, segundo estudos, esses benefícios têm sido cada vez mais reconhecidos pela comunidade científica. De acordo com Blasco et al. (2020), o Reiki pode contribuir para a redução da ansiedade e da dor em pacientes, ampliando assim as possibilidades de intervenção dos profissionais de saúde. Nesse contexto, a experiência de aprendizado no curso de enfermagem não se limita à mera aquisição de habilidades

técnicas, mas também envolve a compreensão da importância da visão integrada do cuidado.

Nos últimos anos, a UFMS, através de suas diretrizes pedagógicas, tem buscado incorporar práticas complementares no currículo de formação. A inclusão do Reiki no curso de Enfermagem é um reflexo dessa inovação educacional e propõe que os alunos vivenciem uma formação mais humanizada e integral. O contato com diferentes abordagens terapêuticas enriquece o conhecimento do estudante, preparando-o para atuar de maneira mais empática e eficaz em suas futuras práticas profissionais.

Os alunos da UFMS têm a oportunidade de participar de workshops e práticas supervisionadas de Reiki, onde aprendem não apenas a técnica em si, mas também a importância da energia e da intenção durante o processo de cura. Segundo Silva e Oliveira (2021), o aprendizado de terapias complementares, como o Reiki, no contexto da formação em Enfermagem, pode fortalecer a relação entre profissionais e pacientes, favorecendo um ambiente de cuidado mais acolhedor e propício para a recuperação.

A experiência vivenciada pelos alunos durante essas atividades práticas tem sido significativa não apenas no desenvolvimento de habilidades técnicas, mas também no aprimoramento da autoconfiança e do autocuidado. A prática de Reiki permite que os estudantes experimentem na própria vivência a importância do equilíbrio emocional e físico, elementos fundamentais para os que desejam atuar na área da saúde. É importante ressaltar que a adoção do Reiki no currículo não tem a intenção de substituir os tratamentos convencionais, mas sim de complementá-los, conforme apontado por Almeida e Santos (2022).

Conclui-se que a introdução do Reiki no curso de Enfermagem da UFMS, Campus Três Lagoas, constitui uma experiência inovadora, que promove uma formação mais integrada e humanizada. Ao integrar essa prática na formação, a universidade não apenas capacita futuros profissionais com técnicas adicionais, mas também estimula uma reflexão crítica sobre a importância do cuidado integral ao paciente, promovendo uma abordagem que considera os aspectos físicos, emocionais e espirituais da saúde.

Descrição da experiência

Na Semana da Enfermagem da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul (UFMS), Campus Três Lagoas, tivemos a oportunidade de explorar práticas integrativas e complementares, com destaque para o Reiki. O Reiki é uma técnica de cura energética desenvolvida no Japão que visa promover o equilíbrio físico, emocional e espiritual,

sendo cada vez mais incorporado ao contexto da saúde, especialmente em formações na área de enfermagem (Katsumoto, 2019). A atividade foi dividida em duas etapas: uma teórica no Campus II, seguida de uma experiência prática no Campus I, na Clínica de Práticas Integrativas.

A etapa teórica consistiu em uma introdução ao Reiki, abordando seus fundamentos e benefícios. O professor responsável explicou como a técnica pode ser uma ferramenta valiosa para enfermeiros, não apenas no cuidado ao paciente, mas também na autocondução e autocuidado. A importância do autocuidado para profissionais da saúde é amplamente discutida na literatura, pois permite um melhor desempenho nas atividades e uma relação mais empática com os pacientes (SILVA, 2020).

Durante a teoria, pudemos refletir sobre a conexão entre o corpo, a mente e o espírito, tópicos centrais na prática do Reiki. Aprendemos que essa técnica não substitui a medicina tradicional, mas pode atuar como um complemento, potencializando a recuperação do paciente e contribuindo para seu bem-estar geral (Hernández, 2018). Essa abordagem holística é relevante, pois a enfermagem busca não somente tratar doenças, mas também cuidar do indivíduo em sua totalidade.

Na parte prática da atividade, os alunos foram divididos em grupos e tiveram a experiência de aplicar o Reiki em colegas. As orientações do instrutor foram fundamentais para que cada um pudesse compreender a técnica e os cuidados que devem ser tomados durante a aplicação. Dessa forma, os alunos tiveram a chance de vivenciar na prática a entrega de energia, proporcionada pelo toque suave das mãos, o que gerou um ambiente de acolhimento e confiança.

A prática do Reiki revelou-se transformadora, não apenas para os "pacientes" que receberam o tratamento, mas também para aqueles que o aplicaram. Muitos relataram sensações de leveza, relaxamento e bem-estar, enfatizando a importância do toque e da conexão emocional durante a experiência. Essa vivência ressoou com o entendimento de que, na enfermagem, o cuidado vai além dos aspectos físicos, envolvendo também dimensões emocionais e espirituais (MORAES et al., 2021).

A experiência prática na Clínica de Práticas Integrativas Complementares trouxe um novo olhar sobre o papel do enfermeiro. A possibilidade de oferecer uma abordagem integrativa e humanizada reforça a importância da formação em práticas complementares para o desenvolvimento profissional e pessoal dos futuros enfermeiros. A experiência foi enriquecedora e estimulou reflexões sobre a inclusão de

técnicas como o Reiki na rotina de cuidados aos pacientes.

Concluimos que a aplicação de Reiki na formação de enfermeiros é uma experiência válida e necessária, contribuindo para o fortalecimento de uma prática de saúde mais integral e humanizada. Ao unir teoria e prática, essa atividade ofereceu aos alunos não apenas conhecimento técnico, mas também a vivência do que significa cuidar de outro ser humano de uma maneira mais completa. Assim, a Semana da Enfermagem na UFMS destacou a relevância das práticas integrativas, apresentando o Reiki como uma ferramenta que pode ser adotada por profissionais da saúde em suas trajetórias. A implementação de currículos que incluam práticas complementares parece ser um passo importante para a formação de enfermeiros cada vez mais preparados para os desafios contemporâneos da saúde.

Conclusão

A aplicação do Reiki durante a Semana da Enfermagem no curso da UFMS, Campus Três Lagoas, mostrou-se uma experiência enriquecedora tanto para os alunos quanto para os pacientes atendidos. Ao unir teoria e prática, os estudantes puderam compreender melhor como as terapias integrativas podem se integrar à abordagem tradicional da saúde. A experiência prática na Clínica de Práticas Integrativas Complementares permitiu aos estudantes vivenciar as técnicas de Reiki em um ambiente que favorece tanto o aprendizado quanto o bem-estar, reforçando a importância das práticas integrativas na formação do profissional de saúde.

Além disso, essa prática de Reiki proporcionou momentos de reflexão sobre a importância do cuidado integral no processo de enfermagem. A experiência ressaltou como a energia vital pode contribuir para o equilíbrio emocional e físico dos pacientes, promovendo um ambiente de cura. Estudos mostram que terapeutas que incorporam práticas integrativas tendem a ampliar sua capacidade de empatia e acolhimento, características indispensáveis na prática da enfermagem (Furtado et al., 2018). Assim, a experiência não apenas enriqueceu o conhecimento teórico dos acadêmicos, mas também os instigou a refletir sobre a prática humanizada.

Por fim, a inclusão do Reiki nas atividades acadêmicas enfatiza a necessidade de uma formação mais holística e humanizada para os profissionais de saúde, que deve considerar o ser humano em sua totalidade. O desenvolvimento de habilidades que favorecem o cuidado emocional e espiritual é fundamental no contexto atual, onde as

demandas de saúde são multifacetadas. Iniciativas como essa são passos importantes para a valorização das práticas integrativas na formação em saúde, promovendo benefícios tanto para os futuros profissionais quanto para os pacientes que recebem cuidados mais compassivos e integrados.

Referências

ALMEIDA, J.; SANTOS, R. Terapias complementares na formação em enfermagem: uma abordagem necessária. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, n. 2, p. 123-129, 2022.

BLASCO, J. et al. Efeitos do Reiki na saúde mental: uma revisão sistemática. *Jornal de Terapias Complementares*, v. 34, n. 1, p. 45-52, 2020.

FURTADO, D., SILVA, L. C., OLIVEIRA, A. N. A Enfermagem e as Práticas Integrativas e Complementares: O que Dizem as Pesquisas. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(2), 652-658. DOI: 10.1590/0034-7167-2017-0664. 2018

HERNÁNDEZ, A. *Práticas Integrativas e Complementares em Saúde: Uma Nova Abordagem para o Cuidado*. São Paulo: Editora Saúde e Bem-Estar. 2018

KATSUMOTO, T. *Reiki: A Energia que Cure em Saúde e Bem-Estar*. Campinas: Editora do Brasil. 2019

MORAES, G. S., SILVA, J. A., ALMEIDA, P. O papel do enfermeiro nas práticas integrativas: uma análise sobre a humanização no cuidado. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 74(3), 330-336. 2021

SILVA, M.; OLIVEIRA, T. A importância das práticas de cuidado integral na formação em enfermagem. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 37, n. 3, p. 001-010, 2021.

SILVA, R. *Autocuidado na Enfermagem: Uma Abordagem Necessária para o Profissional de Saúde*. João Pessoa: Editora Saúde Integral. 2020