



EFEITOS DO REIKI PARA O TRATAMENTO DO ESTRESSE, ANSIEDADE E DEPRESSÃO UMA REVISÃO DE ESCOPO

JOÃO PAULO SOARES FONSECA; JHULIANO SILVA RAMOS DE SOUZA; SUELI DE CARVALHO VILELA

Introdução: O Reiki foi reconhecido pela Organização Mundial da Saúde (OMS) na década de 70 e atualmente é considerado uma das Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PIC) mais utilizadas no Sistema Único de Saúde (SUS). A prática do Reiki estende-se a diversas áreas, sendo utilizada como alívio em situações de dor, em casos de câncer, em gestantes e em tratamentos voltados ao campo psicoemocional, estresse, ansiedade e depressão. **Objetivo:** Analisar as evidências disponíveis sobre o uso do Reiki para o tratamento de quadros de estresse, ansiedade e depressão. **Método:** Foi realizada uma revisão de escopo baseada na recomendação da metodologia do JBI. Foram incluídos treze estudos sendo artigos científicos originados de pesquisas de fontes primárias e secundárias e artigos de reflexão que enfocassem os efeitos do Reiki no tratamento de quadros de estresse, ansiedade e depressão. **Resultados:** A pesquisa demonstrou que efeito do Reiki traz benefícios quando utilizado como terapia complementar na saúde. Observou-se um diminuição com alívio dos quadros de estresse, ansiedade e depressão bem como abrandamento de dores físicas e consequente melhora da qualidade de vida. Nos estudos observou-se que pontos como sensação de bem-estar, relaxamento e mente aberta, tranquilidade mental, melhor concentração, percepção positiva quanto à qualidade do sono e redução de uma relatada sensação de pressão por parte dos indivíduos apreciados e sua submissão à terapia de Reiki. **Conclusão:** O Reiki, adotado como medicina integrativa e complementar em Saúde, apresenta efeitos positivos quando ministrada a pacientes em tratamento de quadros de estresse, ansiedade e depressão. Observou-se que a terapia Reiki aplicada em ambientes de saúde proporciona redução significativa dos sintomas relacionados ao sofrimento mental e psíquico, sendo considerada um importante aliado para tratamento para saúde.

Palavras-chave: **TERAPIAS COMPLEMENTARES; REIKI; TRATAMENTO; SAUDE MENTAL; IMPOSIÇÃO DAS MÃOS**