

# TERAPIA REIKI: HARMONIZANDO A ENERGIA

## VITAL DE UNIVERSITÁRIOS

Jaime Júnio Ferreira Januário<sup>1</sup>  
Daniely Kunrath<sup>2</sup>  
Ana Gabriela Barbosa Assunção<sup>3</sup>  
Lauren de Freitas Medeiros<sup>4</sup>  
Cássio Soares Ribeiro<sup>5</sup>  
Diego Kunrath<sup>6</sup>  
Alisséia Guimarães Lemes<sup>7</sup>  
Elias Marcelino da Rocha<sup>8</sup>

Área temática:

A1 – Fundamentação teórica, metodológica e tecnológica do processo de cuidar

**INTRODUÇÃO:** A essência da Terapia Reiki é singular e subjetiva, as experiências vivenciadas estão relacionadas a solicitude e valores com essa técnica de imposição de mãos. A Terapia Reiki está ancorada nas práticas integrativas que compreendem o ser humano no plano biológico, mental e espiritual, contribuindo na organização dos pensamentos e expansão da consciência. **OBJETIVO:** Descrever as experiências vivenciadas por universitários após as sessões de Reiki. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo descritivo quantitativo, realizado com estudantes da Universidade Federal do Mato Grosso do Campus Universitário do Araguaia (UFMT/CUA), que participaram da Terapia Reiki durante o ano de 2022. As sessões de Reiki foram realizadas no laboratório de enfermagem e tiveram a duração de

---

<sup>1</sup>Graduando do curso de Enfermagem, Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Universitário do Araguaia, Barra do Garças - MT. Bolsista no projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. E-mail para contato: [jaimejr.fj@hotmail.com](mailto:jaimejr.fj@hotmail.com). CPF:096.045.266-42.

<sup>2,3,4</sup>Graduandas do curso de Enfermagem, Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Universitário do Araguaia, Barra do Garças - MT. Voluntário no projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. <sup>2</sup> E-mail para contato: [kunrath\\_dani@hotmail.com](mailto:kunrath_dani@hotmail.com), [barbosagabriela50@outlook.com](mailto:barbosagabriela50@outlook.com), [lauren.medeiros@sou.ufmt.br](mailto:lauren.medeiros@sou.ufmt.br)

<sup>5</sup>Graduando do curso de Matemática, Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Universitário do Araguaia, Barra do Garças - MT. Voluntário no projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. E-mail para contato: [casocasoribeiro@gmail.com](mailto:casocasoribeiro@gmail.com)

<sup>6</sup>Graduando do curso de Engenharia de Alimentos, Universidade Federal de Mato Grosso, Campus Universitário do Araguaia, Barra do Garças - MT. Voluntário no projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. E-mail para contato: [diegok\\_th@hotmail.com](mailto:diegok_th@hotmail.com)

<sup>7</sup>Enfermeira. Doutora em enfermagem psiquiátrica pela EERP/USP. Coordenadora do projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. Pontal do Araguaia, MT. E-mail: [alisseia.lemes@ufmt.br](mailto:alisseia.lemes@ufmt.br)

<sup>8</sup>Enfermeiro. Mestre em Ciências da Saúde pela UNB/Brasília. Voluntário no projeto de extensão Saúde mental e qualificação do ensino, gestão e assistência da UFMT/CUA. Barra do Garças, MT. E-mail para contato: [eliasufmt@yahoo.com.br](mailto:eliasufmt@yahoo.com.br).

aproximadamente 30 minutos cada. Utilizou-se um questionário semiestruturado para identificar os benefícios da Terapia Reiki. A pesquisa conta com aprovação ética sob parecer nº 4.526.452 e os dados foram analisados de forma descritiva. RESULTADOS: Identificou-se que participaram do Reiki pela primeira vez 23 universitários, prevalecendo pessoas do gênero feminino 70% e 39% eram estudantes de Enfermagem. Após as sessões de Reiki 83% mencionaram o sentimento de relaxamento, 66% relataram que diminuiu a ansiedade, 70% disseram que estavam mais leves, sensação de que estava flutuando, 60% enfatizaram os sentimentos de tranquilidade e 30% expressaram estar numa profunda paz. CONCLUSÃO: Explicitou-se nos universitários os benefícios do Reiki, podendo contribuir para uma melhora na qualidade de vida, concentração em sala de aula, diminuição do estresse, bem como alívio do sofrimento mental.

DESCRITORES: Terapia reiki, estudantes, práticas integrativas.

AMARELLO, MM; CASTELLANOS, MEP; SOUZA, KMJ. Terapia Reiki no Sistema Único de Saúde: sentidos e experiências na assistência integral à saúde. Revista Brasileira de Enfermagem. Vol. 74, n.1, 2021.

COSTA, JR; et al. Percepções de profissionais de enfermagem de um hospital geral sobre a intervenção com Reiki. Revista de Enfermagem da UFSM. Vol. 11, n. 67, 2021.

RAMOS, APM; SILVA, EA. Reiki como prática interativa e complementares para o cuidado integral na saúde. Revista Pró-UniverSUS. Vol. 12, n. 2, 2021.