

U. PORTO



FACULDADE DE FARMÁCIA
UNIVERSIDADE DO PORTO

Reiki: Terapia Complementar no Sistema de Saúde

Monografia realizada no âmbito do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

Érica Cavalcanti Cardoso
2013

Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto

Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas

Orientador da Monografia,

Dr^a Cátia Travanca

Estudante,

Érica Cavalcanti Cardoso

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Eu, Érica Cavalcanti Cardoso, abaixo-assinado, estudante n.º 080601007, do Mestrado Integrado em Ciências Farmacêuticas da Faculdade de Farmácia da Universidade do Porto, declaro ter atuado com absoluta integridade na elaboração deste relatório de estágio.

Nesse sentido, confirmo que NÃO incorri em plágio (ato pelo qual um indivíduo, mesmo por omissão, assume a autoria de um determinado trabalho intelectual ou partes dele). Mais declaro que todas as frases que retirei de trabalhos anteriores pertencentes a outros autores foram referenciadas ou redigidas com novas palavras, tendo, neste caso, colocado a citação da fonte bibliográfica.

Porto, _____ de _____ de 2013.

AGRADECIMENTOS.

Em primeiro lugar agradeço a Deus por ter vivido novamente a experiência de concluir o curso de farmácia, agora como Mestrado Integrado em Ciências Farmacêutica.

De seguida, quero agradecer a todos os amigos que encontrei na Faculdade de Farmácia, pessoas únicas que tornaram essa jornada mais divertida e interessante. Em especial agradeço a minha amiga Vivian Kakakis, que durante esses cinco anos sempre me ajudou duplamente na faculdade e no trabalho, por todas as horas que deixaste de fazer por mim e por todas as outras que tivestes que fazer por mim.

Agradeço todas as pessoas que me ajudaram a realizar este trabalho com o Reiki.

Ao John Curtin mestre de Reiki e fundador da Fundação Saucedo de Madri e toda sua equipe que me apoiaram e me ajudaram durante minha estadia em Espanha.

À Virginia Andrés-Gayón, coordenadora de voluntariado da fundação SAUCE no Hospital Puerta de Hierro, por ter-me recebido de uma forma tão carinhosa como membro de sua equipe de voluntários.

Ao João Magalhães da Associação Portuguesa de Reiki (APR), pela sua disponibilidade e boa vontade em ajudar.

À Mestre de Reiki Maria Filomena Isidora (Filó), por ter reacendido a luz do Reiki em minha vida, por sempre ter sido impecável em me ajudar com o trabalho e por sua incrível forma de explicar o que é o Reiki.

E a Dr^a Cátia Travanca, por desde do início ter acreditado neste trabalho, meu muito obrigada por todo apoio que tem-me dado.

DEDICATÓRIAS

Dedico este trabalho *In memoriam* de minha mãe Luciene Cavalcanti, que me incentivou a iniciar o curso e me apoiou durante todo o percurso, mas que infelizmente por muito pouco não tivemos tempo de concluir juntas.

“Enquanto andares com um coraçãozinho, o seu nunca estará sozinho”

Mãe

Dedico também ao meu Pai Manuel Cardoso e minha irmã Elaine Cristina por serem meu alicerce.



Qualquer semelhança, não é mera coincidência.



<http://www.ordemfarmaceuticos.pt>

Lista de Abreviações

APR- Associação Portuguesa de Reiki

BCG – Bacilo Cammette Guérin

EPRCS- Escola Portuguesa de Reiki e Terapias Complementares

ICBAS- Instituto de Ciências Biomédicas Abel Salazar

INE- Instituto Nacional de Estatística

IPO- Instituto Português de Oncologia

LAK- Lymphokine-Activited Killer cell

NK- Natural Killer cell

SD – Síndrome de Burnot

UP- Universidade do Porto

WHO - World Health Organization

Índice	
Lista de abreviações	VI
Resumo	VIII
Abstract	IX
1- INTRODUÇÃO	1
2- ORIGEM DO REIKI	2
3- O QUE É O REIKI	4
4- FILOSOFIA E TEORIAS DO REIKI	5
5- COMO O REIKI FUNCIONA	7
6- APLICAÇÃO DO REIKI	8
7- REIKI NOS HOSPITAIS	9
8- BREVE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA	10
8.1- Alterações de Marcadores Bioquímicos	10
8.2- Auxílio do Reiki em Procedimento médico	12
8.3- Redução da Inflamação crónica e aumento na taxa de sobrevivência	13
8.4- Reiki no controlo da dor	14
9- REIKI EM PORTUGAL	14
10- REGULAMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS TERAPÊUTICAS COMPLEMENTARES	16
10.1- Auto-regulamentação do Reiki em Portugal	17
10.2- Código de Ética	18
11- REIKI E O FARMACÊUTICO	19
12- CONCLUSÃO	20
BIBLIOGRAFIAS	
ANEXO	

Resumo

O Reiki é uma terapia complementar que vem demonstrando grandes benefícios quando utilizadas como auxílio no tratamento de diversas enfermidades, acredita-se que o Reiki através de métodos simples de imposição de mãos em áreas específicas do corpo é capaz de equilibrar a energia natural, levando o corpo a caminhar naturalmente para um estado de saúde.

A palavra Reiki é dividida em duas partes, REI “ a energia do universo”, onde estão inseridos todas as coisas e KI “energia vital” a energia que dá vida ao corpo. A terapia do Reiki vem adquirindo cada vez mais praticantes em todo o mundo, inclusive em Portugal.

O Reiki inicialmente era praticado por pessoas leigas, fora do círculo de tratamento de saúde sendo praticado em hospitais por ação de voluntários, com os inúmeros relatos dos efeitos benéficos, o Reiki passou a ganhar a notoriedade da classe médica onde cada vez mais surgem adeptos desta terapia.

Estudos científicos estão sendo desenvolvidos em busca de respostas fisiológicas que justifiquem os efeitos demonstrados pelo Reiki. Este trabalho busca relatar o que se conhece sobre a história, a teoria e a prática, bem como dar uma visão geral do estado da investigação do Reiki e incluindo seu alcance nas diversas áreas da saúde. Com objetivo de divulgar e entender a importância do Reiki como terapia integrativa complementar.

Abstract

Reiki is a complementary therapy that has shown great advantages when used in the treatment of several diseases. Practitioners believe that through simple methods of applying their hands in specific areas of the body, commonly called “palm healing” or “hands-on-healing”, they are transferring universal energy through their palms, which is capable of balancing the natural energy, leading the body to achieve a naturally state of health.

The word Reiki is divided in two parts: REI “the universal energy”, and KI “vital energy”, the energy that gives life to the body. Reiki has been acquiring more and more practitioners all over the world, including Portugal.

At first, Reiki was practiced by people from outside of the health circle, for example by volunteers in hospitals, but, with the increasing surfacing of benefic effects, it started being practiced by health professionals too, in which the number of fans has increased.

Scientific studies are being developed in the search of physiological responses that could explain the results achieved with Reiki.

This work’s objective is to relate what is known about the history, the theory and practice of Reiki, and to give an overview of the state of investigation about Reiki, including its impact in the different areas of health, with the purpose of spreading and understanding the importance of Reiki as an integrative complementary therapy.

1- INTRODUÇÃO

O Reiki é classificado pelo National Center for Complementary and Alternative Medicine (NCCAM), como uma terapia complementar energética, que com o método de imposição das mãos gera um estado de equilíbrio energético que conduz a um bem-estar generalizado que por muitas vezes se reflete no estado emocional e físico da pessoa, o que parece, é que esse equilíbrio energético aumenta a capacidade do corpo em curar-se. São muitos os relatos de melhoria no estado de saúde dos praticantes de Reiki e dos pacientes que recebem essa terapia complementar.

É cada vez maior o número de praticantes e de pessoas interessadas nesta terapia complementar, uma pesquisa estatística realizada nos Estados Unidos mostra que no ano de 2007 mais 1,2 milhões de adultos e 161 mil crianças receberam uma ou mais sessões de terapias complementares baseadas na cura energética como o Reiki. [1]

A divulgação dos meios de comunicação como rádio e televisão que enfatizam os benefícios do Reiki com depoimentos da classe médica e de enfermeiros, vem contribuir para uma maior divulgação sobre o tema, estamos em um ponto em que não é mais possível ignorar o interesse neste tipo de tratamento complementar.

Em Portugal também cresce o número de pessoas que praticam a técnica ou que conhecem o Reiki, dois grandes centros de divulgação do Reiki em Portugal são a Associação Portuguesa de Reiki (APR) e a Escola Portuguesa de Reiki e Terapias Complementares (EPRCT)

O Reiki cada vez mais esta sendo utilizado como um adjuvante da medicina convencional, hoje já é uma realidade em vários hospitais do mundo e também em Portugal como é caso do Instituto Português de Oncologia (IPO), Hospital São João do Porto e Hospital do Fundão.

Nos Estados Unidos foi criado “The Touchstone Process”, um “site” de pesquisa científica que publica estudos com o Reiki. Além de fornecer materiais como “Guidelines” para uma condução de estudos de casos com qualidade científica, também ajuda a criar centros de programas de Reiki em hospitais americanos, fornecendo materiais e metodologia organizacional para aplicação da prática nos

hospitais. Foi criado por William Rand, um praticante de Reiki que baseado nas experiências e nos resultados obtidos, reuniu uma equipa científica que é composta por pesquisadores que possuem grau de doutorado em áreas como farmácia, biotecnologia e serviços de saúde, com o intuito de levar a cabo o desenvolvimento de metodologias que possam ser utilizadas em pesquisas que comprovem os efeitos fisiológicos que estejam correlacionados com os benefícios demonstrados com a terapia complementar Reiki [2]. William Rand é o presidente do Centro Internacional de Formação de Reiki e o “site” já conta com mais de 22 700 membros.

Conheço o Reiki desde 2005, porém a ideia de abordar este assunto surgiu em Espanha durante meu período de estágio em Erasmus, sobre o abrigo do programa Erasmus da Universidade do Porto onde fui a Madrid para fazer estágio em Farmácia Hospitalar no Hospital Puerta de Hierro. Quando tive conhecimento que o hospital utilizava o Reiki em pacientes de oncologia, inscrevi-me como voluntária neste projeto, onde pude constatar os benefícios relatados pelos pacientes que recebiam o tratamento. O que mais me chamou à atenção foi a equipe médica do hospital solicitar o acompanhamento de alguns pacientes com a terapia Reiki. Foi então que iniciei a pesquisa em literatura sobre o Reiki no ambiente hospitalar e a sua “aceitação” na medicina convencional.

2- ORIGEM DO REIKI

O Reiki tem origem no início do século 20, Criado por Mikao Usui, um estudante das antigas técnicas de curas por imposição das mãos, nascido em 15 de agosto de 1865 na aldeia de Tainai, no distrito de Yamagata, no Japão. [3]. Em 1922 Mikao Usui passa a dedicar-se mais profundamente à prática budista e passa por um período de jejum e meditação durante 21 dias no Monte Kurama, em busca de aperfeiçoar a disciplina e a paz de espírito, uma prática comum aos praticantes do Budismo Shingon, prática esta conhecida como “meditação das manhãs”. Após os 21 dias, através de meditações Mikao Usui tem a visualização de uma série de símbolos e percebe uma força ou energia no topo de sua cabeça que irradia para todo o corpo e saía por suas mãos e acredita ter desvendado os mistérios das práticas antigas utilizadas como técnicas de curas com imposição de mãos. Com disciplina e prática,

Mikao Usui começa a desenvolver a metodologia desta nova terapêutica, primeiro com auto aplicação dessa metodologia desenvolvida de uma forma intuitiva e depois passou a aplicar o método em amigos e familiares. **[3] [4]**

Foi então que começou a ensinar esse método sempre salientando a importância da atitude mental pacífica e com rigorosas práticas de meditação, Mikao Usui salientou a importância de cuidar primeiro dos pensamentos, pois são eles que geram sentimentos e atitudes.

Deixando aos estudantes 5 preceitos e uma recomendação principal: Buscar a prática do amor incondicional, amar todas as coisas que fazes e que exista. **[4] [5]**

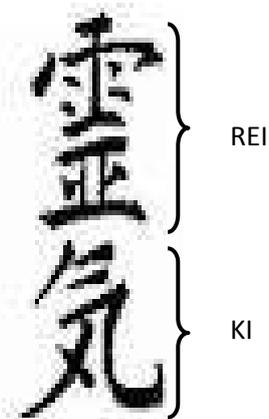
- 1- Só por hoje, mantereí a Calma.
- 2-Só por hoje, não pré-ocuparei.
- 3- Só por hoje, eu confio.
- 4- Só por hoje, Trabalhe honestamente.
- 5-Só por hoje, seja bondoso e gentil consigo e com os outros.

No último ano de sua vida, Usui foi abordado por um aluno seu, Chujiro Hayashi, um oficial da Marinha aposentado, que solicitou que ensinasse os aspetos terapêuticos do Reiki, sem a rigidez das meditações. Usui passou esses conhecimentos ao seu Aluno Hayashi, que após a morte de Usui desenvolveu o sistema de cura Reiki sem a imposição das práticas budistas de meditação e passou a chamá-la de Hayashi Shiki Reiki, e embora é provável que Usui utilizasse a denominação Reiki, acredita-se que foi a partir de Hayashi que o sistema passou a ser chamado de Reiki. **[4]**

Hayashi abriu uma pequena clínica em Tóquio, onde passou a aplicar a técnica em tratamentos e a ensinar o Reiki fora do círculo religioso. A primeira americana Sra. Hawayo Takata veio tratar problemas respiratórios e depois de 4 meses de tratamento e com recuperação de sua saúde, tornou-se aluna e passou a ajudar no atendimento as outras pessoas. Em 1937 Takata retorna ao Havaí, onde passou a lecionar os conhecimentos adquiridos em Tóquio. Em 1938, Hayashi vai ao Havaí e formaliza a Takata como a única mestre em Reiki fora do Japão totalmente credenciada. **[4] [6]**

Takata ensinou e compartilhou Reiki por muitos anos no Havaí. Em 1973, foi convidada para o continente, onde lecionou nos últimos 7 anos de sua vida, tendo passado pelo Estados Unidos, Canadá, Brasil e Europa [7] [8]. Takata morreu em dezembro de 1980, tendo iniciado 22 mestres de Reiki credenciados. Em menos de 15 anos após a sua morte, o Reiki havia-se espalhado em todo o mundo. [4] [7]

3- O QUE É O REIKI



A palavra Reiki surgiu devido à provável falta de uma tradução literal do kanji, que são os ideogramas japoneses. (Figura 1)

A parte superior do Kanji significa “REI”, energia do Universo, energia criadora cósmica de fonte inesgotável, é a energia que tudo sustenta e interpenetra em todo o Universo. A segunda parte do Kanji significa “KI”, é a energia vital que está dentro de nós, a energia que nós dá à vida. [4]

Figura 1: Kanji Japones (REIKI)

De uma forma generalizada o Reiki é uma energia simples, vital, que tudo “anima” em equilíbrio, uma energia sem “polaridade” e tem uma frequência que se equipara ao amor incondicional, aquela felicidade, serenidade, alegria interior que sentimos quando amamos sem condições a nós próprios e aos outros, essa energia é utilizada no equilíbrio físico e mental do corpo humano.[3]

É de se considerar que os ensinamentos do Reiki são voltados para uma prática preventiva da saúde de auto tratamento, mas no tratamento complementar a outras pessoas é uma metodologia simples, que qualquer pessoa pode aprender, inclusive até crianças.

O Reiki não é uma religião e não é necessário que a pessoa acredite no Reiki para obter os resultados proveniente desta energização. O resultado mais imediato de quem recebe o Reiki é um relaxamento profundo, onde muitas pessoas adormecem durante a terapia.

Em um trabalho de Alandydy P. e Alandydy K., 1999 [9] demonstraram que o reiki pode equilibrar o sistema imunológico do organismo e aumentar a capacidade de resistência ao “stress”, promovendo o aumento da liberação de neurotransmissor nomeadamente a endorfina.

4- FILOSOFIA E TEORIAS DO REIKI

A filosofia do Reiki é a simplicidade, onde descomplicar as situações favorece perceber os problemas, para ser um “reikiano” não precisa conhecer toda a história ou princípios, nem mesmo acreditar no Reiki, no entanto, muitos são os praticantes que buscam entender como uma técnica tão simples pode trazer tantos benefícios e encontram explicações na origem da terapia. O Reiki é uma terapia desenvolvida com os conhecimentos antigos e preceitos de uma medicina preventiva oriental.

A visão do Reiki no Japão é de uma filosofia de vida que previne a doença, são práticas diárias de auto aplicação de Reiki em busca do equilíbrio das energias Yin (Negativo) e Yang (positivo). Mikao Usui era estudante das práticas antigas de cura utilizadas no Japão, por isso algumas filosofias do Reiki são as mesmas empregadas na medicina oriental onde se observa o “KI” na China chamado de “QI”. [9]

Para manter o equilíbrio do KI é preciso observar o seu fluxo, o ritmo, os ciclos, e o seu movimento.

A doença é vista como uma disfunção do “KI” e alterações no tempo e no ciclo das estações influenciam e alteram o nosso “KI”, por isso a constante necessidade física que temos de abastecer o KI a partir de atos simples do cotidiano, como o ar que respiramos, a comida que ingerimos. Outra parte do “KI” também vem das nossas origens genéticas, por isso a importância de respeitar a individualidade de cada ser humano. [10]

Para os orientais Yin e Yang são dois polos de uma dualidade fundamental que existe na natureza. Como o dia que é considerado predominante Yang e a noite predominante Yin, sem o dia não existiria a noite. A medicina chinesa segue que todo homem é constituído de ciclos que devem ser respeitados. O Yang é (energia, expansão, atividade, fogo, luz) e Yin (matéria, contração, repouso, água, trevas), não

há polo bom ou mal, o desequilíbrio é o que traz a doença, assim como o corpo precisa do Yang (Fogo) para manter a temperatura corporal em 36-37 graus Celsius, necessita do Yin (água) para arrefecer as atividades exercida pelo Fogo para um bom funcionamento fisiológico, quando o Yang é excessivo surge a febre, quando Yin é excessivo surge a hipotermia. [10]

A medicina atual utiliza o modelo matemático de Isaac Newton e René descartes ambos conhecidos filósofos e matemáticos que desenvolveram o conceito em que para conhecer o TODO, é preciso fragmentá-lo em componentes e estudar cada UM deles separadamente. E o TODO seria o resultado da união e entrelaçamento dessas partes, ao seguir esse conceito a medicina cada vez mais deu a importância na formação de especialidades médicas, separando o homem por parte esquecendo de ver o TODO. [11]

O Reiki tem a visão do homem como um TODO e como parte do universo, essa visão traz uma filosofia em que “ o TODO está contido no UM”, ou “ que as Partes estão no TODO e o TODO nas Partes”. Por isso o Reiki é uma terapia holística, onde a palavra *holo*, origina do grego que tem o significado de inteiro, completo, total, integral. [11]

Assim como somos constituídos de matéria corpo, possuímos a energia que nos envolve, como a teoria de Albert Einstein ($E=mc^2$) que diz que a energia e a massa são a mesma coisa em forma física diferente, vai de encontro com o que se prega no Reiki, onde a “ Energia e Matéria são duas manifestações diferentes da mesma substância universal. Essa substância universal é a energia ou vibração básica pela qual todos nós somos constituídos”, e portanto é possível alterar os campos eletromagnéticos de modo a interagir com o campo vibracional das células que respondem ao estímulo externo. [11]

Smith W., 2004 [12] demonstra a correlação dos campos bioeletromagnéticos e a sua influência no sistema fisiológico dos seres vivos, determinando uma série de valores de potenciais elétricos em várias localizações do corpo humano. Esse estudo sugeriu que o comportamento celular pode sofrer manipulação das proteínas, utilizando estímulos físicos externos como os campos eletromagnéticos, onde a Lei de Ampère, define que a passagem de uma corrente elétrica por um fio ou em um tecido vivo gera um campo magnético na área circundante, portanto a corrente elétrica que passa pelo coração, cérebro e outros órgãos gera um campo elétrico de baixa frequência denominado campo bioeletromagnético.

Hoje já é bem conhecida a importância do diferencial de potencial elétrico gerado pela distribuição de íons solúveis através de vários canais celulares, bombas e transportadores presentes na membrana celular que são principalmente proteínas de membranas e que se regulam com estímulos externos que inclui a eletricidade.

Outra forma que comprova a importância da energia nas atividades celulares são os estudos de electro estimulação, utilizados na regeneração de tecidos celulares. Os estudos comprovaram que a estimulação de um campo elétrico externo é capaz de estimular a resposta fisiológica de um tecido, que ativa o seu processo de autorregeneração. No entanto, os mecanismos através dos quais os campos eletromagnéticos melhoram e curam não são conhecidos, fatores como a frequência do campo vibracional, forma de onda, a duração e o campo magnético que devem ser aplicados são desconhecidos e também ainda não está explicado o processo como as células reagem a essa estimulação. [13]

O que se sabe é que existe uma variável na ordem de várias dezenas a centenas de mV e μ A de electro estimulação a nível fisiológico que são utilizados durante o desenvolvimento, regeneração, cura de feridas e que geram padrões de organização. A electro estimulação está envolvida no processo de ativação das proteínas transmembranares sensíveis a voltagem tais como canais e recetores de membrana e ainda podem estar relacionados na modificação da expressão genética, ou seja é capaz de induzir a expressão de proteínas. [13] [14]

5- COMO O REIKI FUNCIONA.

De uma forma generalizada, a energia do Reiki funciona ao passar no nosso corpo no nível energético, fazendo com que eleve o nosso nível vibratório dentro e fora do nosso corpo. O mestre Usui indicou um cuidado especial em manter a mente tranquila e calma pela razão de acreditar que no nosso corpo, os pensamentos e emoções negativas geram um tipo de nódulo que impedem o fluxo normal de energia vital (KI), onde ocorre o desequilíbrio da quantidade de energia KI gasta nas nossas atividades mentais e físicas com relação à energia KI absorvida. [15]

A energia do Reiki regulariza o fluxo de energia KI equilibrando o saldo positivo e negativo. A energia equilibra os corpos mais sutis do campo vibracional do corpo físico, onde se acredita estarem armazenadas as nossas emoções, e o equilíbrio dessas emoções faz com que ocorra um maior fluxo de energia KI ao nosso organismo, restabelecendo assim as funções naturais de cada célula. [15]

6- APLICAÇÃO DO REIKI

Para a aplicação do Reiki não necessita de nenhum equipamento ou técnica invasiva, somente é necessário um “Reikiano” devidamente iniciado na técnica por um Mestre de Reiki.

O praticante de Reiki coloca suas mãos sobre determinadas áreas (posições) também conhecidos como “Chacras” no corpo da pessoa a que se destina a terapia, como o intuito de ativar o sistema ou reforçar as capacidades naturais de cura do corpo. Apesar de existirem variações na metodologia de aplicação de Reiki, de uma forma geral o tratamento começa pela cabeça, segue ao longo do corpo e termina nos pés. No ocidente normalmente, existem posições pré definidas sendo utilizadas de 12 a 20 posições (**Figura em anexo**), sendo que as mãos do praticante do Reiki permanecem cerca de 3 a 6 minutos em cada posição, esta técnica é ensinada aos novos praticantes de Reiki. O tempo total do tratamento pode variar ente 30 a 60 minutos ou o tempo que o praticante de Reiki achar necessário. [3] [11]

No oriente não é comum utilizar a técnica com posições pré-determinadas, o praticante de Reiki utiliza a sua intuição e sensibilidade para tratar a área afetada, apesar das diferenças nas metodologias, o que todos defendem é que a energia Reiki flui para as áreas afetadas sem a necessidade de intervenção do praticante, a técnica é empregue para auxiliar no processo de aplicação do Reiki e também para estimular a percepção do praticante que consegue sentir as diferentes formas de vibração consoante a necessidade energética da área em que está a ser aplicada. [3]

Uma recomendação feita pelos mestres de Reiki, é que o Reiki não deve ser aplicados em pessoas que não querem receber a terapia, não é preciso acreditar no

Reiki para que se possam obter resultados, mas é preciso autorização para que se possa ser aplicado, em respeito ao direito de escolha de qualquer pessoa, esta é a base do Reiki onde o amor incondicional é respeitar o livre arbítrio de uma pessoa.

7- REIKI NOS HOSPITAIS

Os hospitais de vários países vem enfrentando um dilema entre reduzir os custos e a manutenção de um atendimento de qualidade aos pacientes. Esse desafio gira em torno dos custos principalmente com relação a utilização de medicamentos caros e a necessidade de manter um hospital equipado com as melhores tecnologias de diagnósticos. Os resultados preliminares mostram que os hospitais onde se utiliza o programa de aplicação de Reiki, os pacientes de forma geral apresentam uma recuperação mais rápida após procedimentos cirúrgicos, com redução dos dias de internamento e também uma redução de complicações relacionadas aos efeitos negativos das medicações [16]. Esses fatores estão fazendo com que, um número cada vez maior de hospitais inclua o Reiki em procedimentos hospitalares. No “site” do Centro Internacional de Formação de Reiki, consta uma lista com cerca 76 hospitais americanos que oferecem Reiki aos pacientes, além de que um número crescente de enfermeiros, médicos e outros profissionais de saúde começaram a integrar o Reiki como terapia na assistência ao paciente. Mesmo sem comprovação técnica científica existe um número crescente de programas desenvolvidos baseados em resultados demonstrados em ambiente hospitalar e integrados em instituições de cuidados a idosos [17], de tratamento de dependência química, de apoio a pacientes com doenças crônicas e entre outras.

Um dos motivos para o crescimento do Reiki, é devido ao fato de ser fácil de aprender e aplicar, não necessitar de utilização de equipamentos ou utilização de fármacos, não ser um técnica invasiva, e portanto ser considerada uma técnica segura, sem efeitos colaterais e útil na redução do “stress”, ajudando também a minimizar os efeitos de uma vasta gama de condições físicas e emocionais, incluindo a redução dos efeitos indesejáveis da quimioterapia e radioterapia no tratamento oncológico.

O Reiki passou a ser aplicado em hospitais por ação de pessoas voluntárias que rapidamente se estendeu à equipe de enfermagem, onde surgiram os primeiros estudos piloto com o benefício do Reiki. [18]

Os hospitais estão empregando o Reiki em diversas áreas de tratamento como as doenças imunológicas. Os resultados encontrados na literatura mostram que o Reiki provoca efeitos perceptíveis sobre o sistema imunológico como a elevação da atividade citotóxica de células não aderentes NK e LAK e elevação do número de monócitos. [19]

Na literatura sobre o Reiki encontra-se uma variedade de trabalhos que estudam seus benefícios em uma série de tratamentos médicos, incluindo ambientes de cuidados paliativos; salas de emergência, tratamentos psiquiátricos; centros cirúrgicos; clínicas de tratamentos de idosos; na clínica pediátrica, centros de reabilitação de tratamento de HIV; unidades de terapia de transplante de órgãos; terapia complementar em pacientes com cancro; dores crônicas; auxílio nos sintomas de fibromialgia e entre outros.

8- BREVE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

8.1-Alterações de Marcadores Bioquímicos

Oliveira R 2003 [19], Avaliou a alteração de marcadores bioquímicos de ratinhos sob o efeito da prática de imposição das mãos analisando os parâmetros hematológicos e imunológicos. Foram utilizados 3 grupos distintos contendo 20 animais em cada grupo: o grupo controle, o grupo experimental (recebeu o tratamento de imposição de mãos humana) e o grupo controle com luva (onde foi utilizado para verificar o efeito placebo, sendo utilizado um par de luvas presas num cabo de madeira). Os resultados do grupo experimental foram uma redução significativa do número de plaquetas e do número de monócitos na leucometria específica, elevação da atividade citotóxica de células não-aderentes com atividades NK e LAK. Na conclusão o autor refere que o resultado diferencial entre os grupos pode estar correlacionado com a interação entre o campo eletromagnético humano com os

ratinhos, já que não foram encontradas alterações relevantes nos grupos controlo e controlo luva.

(Díaz-Rodríguez L., et al., 2011) [20] Realizaram um estudo onde obteve em uma única sessão de 30 minutos de terapia com Reiki a melhora imediata da função imunológica, com aumento dos níveis de (IgAs), que é um marcador bioquímico utilizado para medir a função humoral associada à produção de uma resposta ao relaxamento. O estudo foi desenvolvido com duplo cego (Reiki e falso Reiki) num total de 18 enfermeiras com diagnóstico de Síndrome de Burnot (SD), que é definida como uma resposta prolongada a fatores de “stress” crónico emocional e interpessoal associado ao ambiente de trabalho. O estudo concluiu que o auto tratamento ou mesmo uma breve sessão de Reiki mostra ser útil na prevenção dos efeitos negativos do stress ocupacional.

Morse M. and Beem L., 2011 [21] Realizaram o estudo de um caso de um homem de 54 anos gravemente doente com hepatite C tipo 1 e 2, que não respondia à terapêutica convencional, apresentando um quadro de obesidade, síndrome metabólica, asma, hipertensão e sendo polimedicado.

Com a prescrição de altas doses de interferon/ribaviron, utilizados no tratamento da hepatite, apresentou um quadro de anemia e neutropenia grave, que resultou na suspensão do tratamento antivírico.

Com a tentativa de melhorar o quadro clínico e proporcionar uma redução dos níveis de ansiedade, o paciente foi submetido a dois tipos tratamento de cura energética diferentes. Um deles foi o denominado “passe espiritual”, que envolve a religião espírita, sendo porém a técnica utilizada na terapia energética semelhante às técnicas aplicadas no Reiki. A outra técnica utilizada foi o próprio Reiki.

As sessões de passe espiritual e de Reiki foram controladas para verificar as alterações ocorrentes antes e depois das sessões de terapia, tendo-se observado que ambas as técnicas empregues apresentam resultados positivos no aumento do número de neutrófilos e glóbulos brancos.

Depois de todas as 5 sessões de Reiki a que o paciente foi submetido houve um aumento significativos dos glóbulos brancos e dos neutrófilos. O Reiki neste caso

particular mostrou assim ter uma ação efetiva no aumento dos glóbulos brancos e neutrófilos, permitindo de forma considerável, o aumento da hipótese de cura do paciente, que antes das sessões de tratamento energético rondava cerca de 5%, devido às severas condições de neutropenia.

Os autores do estudo afirmam que a terapêutica energética permitiu que o paciente levasse a cabo o tratamento de 18 meses com o uso de interferon em altas doses e também descarta a hipótese de efeito placebo.

Este estudo permitiu demonstrar que a terapia energética como o Reiki tem efeito sobre o sistema biológico que pode ser documentado através de meios de análise de marcadores biológicos.

8.2- Auxílio do Reiki em Procedimento médico.

Vitale A. e O'Connor P., 2006 [22] Em um estudo duplo cego com 22 pacientes submetidas a histerectomia com diagnóstico de mioma uterino, onde 10 pacientes foram submetidas a aplicação de Reiki no pré operatório por 30 minutos, por 24 horas após a cirurgia e 48 horas no pós-operatório e 12 foram submetidas aos procedimentos normais de cirurgia, observaram que no grupo submetido ao Reiki, a escala média de dor referida após a cirurgia foi de 3,8, enquanto no grupo controle a média foi 5,4. Esta diferença entre os grupos foi suficiente para a redução de consumo de analgésicos pelo grupo experimental. Outro fator interessante abordado no estudo foi o tempo decorrido durante a cirurgia: o grupo controle teve uma média de duração de 72 minutos, enquanto o grupo experimental com Reiki teve uma média de 59 minutos, o que pode sugerir que o grupo experimental apresentou menores complicações durante a cirurgia. Observou-se ainda uma redução do quadro de ansiedade do grupo experimental, resultado este que se tem refletido em muitos outros estudos.

8.3- Redução da Inflamação crónica e aumento na taxa de sobrevivência

Garé R. 2008 [23] Desenvolveu a tese de mestrado que mostrou o benefício do Reiki em reduzir os efeitos do processo inflamatório e o aumento da taxa de sobrevivência em ratinhos com tumor de Ehrlich.

Em um grupo de 40 ratinhos inoculou BCG (Bacilo Camette Guérin) na pata posterior direita, sendo utilizados como modelo de inflamação granulomatosa crónica.

Em grupo de 20 ratinhos foram formados 2 grupos, 1 grupo Controlo e outro com terapia Reiki por 15 minutos diariamente. Destes 2 grupos foram observados os efeitos com 40 dias e com 54 dias após a inoculação com BCG.

Aos 40 dias foi avaliada a fase aguda da inflamação, onde a presença de edema é característica, tendo-se observado uma redução do processo inflamatório no grupo tratado com o Reiki, no qual o autor levanta a hipótese de esta estar correlacionada a redução dos níveis de liberação de óxido nítrico. Após 54 dias não foram observadas diferenças morfológicas significativas entre os grupos.

No estudo do tumor Ehrlich, foram injetadas células de Tumor Ehrlich num total de 26 ratinhos, que foram divididos em um grupo controlo (8 ratinhos), um grupo tratado com Reiki (9 ratinhos) e um grupo tratado com falso Reiki (9 ratinhos). 16 dias depois da injeção, todos os animais do grupo controlo e 75% do grupo de falso Reiki morreram, enquanto todos os animais tratados com Reiki estavam vivos.

No dia 17 os 25% restantes do grupo de falso Reiki e 75% do grupo tratado com Reiki morreram, os outros 25% do grupo tratado com Reiki morreram após o dia 17.

No grupo tratado com o Reiki observa-se uma maior taxa de sobrevivência, porém nos testes de viabilidade de células neoplásicas *in vivo* e *in vitro*, não houve diferença significativa entre o grupo controlo e o grupo tratado com o Reiki.

8.4- Reiki no controlo da dor.

Fazzino D.L. et.al., 2010 [24] Em um artigo de revisão avaliou os estudos de diversas terapias complementares que utilizam o sistema de tratamento energético.

Com relação especificamente ao Reiki foram analisados 5 estudos no qual foram avaliados a tolerância a dor oriunda de diversos tipos de doenças crónicas como câncer, esclerose múltipla, fibromialgia e bócio da tiroide. Em todos os trabalhos foram relatadas melhorias no estado físico e mental dos pacientes, especialmente na redução do “stress”, proporcionou um maior alívio da dor, com um aumento no estado geral de saúde dos pacientes.

Incluindo neste trabalho consta que o Reiki aumentou a condutância elétrica na pele em pontos correlacionados com a acupuntura, sendo 3 pontos os que apresentaram maiores resultados, são os pontos relacionados o sistema neuroendócrino-imune, baço e o região lombar da coluna cervical, sendo relatado pelos paciente uma maior capacidade de concentração e abstração da dor e uma maior mobilidade física.

Contudo os autores deste artigo de revisão mencionam que mais pesquisas são necessárias devido à presença de falhas metodológicas presentes nos artigos revisados.

9- REIKI EM PORTUGAL

Em Portugal como em outros países da europa aumentam o número de pessoas que conhecem e fazem uso de terapias complementares como por exemplo o Reiki, e apesar de ser notório o interesse e o conhecimento do Reiki pelos utentes, em Portugal este ainda não é reconhecido como uma terapia complementar.

Em uma iniciativa da Associação Portuguesa de Reiki (APR), realizada no parque central de Amadora, onde se localiza o centro da sede da APR, nos dias 24 e

25 de maio de 2013 foi realizado a 3ª edição do fórum saúde e bem-estar, com o objetivo de levar o Reiki para os residentes desta localidade e perceber qual a receptividade destes moradores a esta modalidade de terapia. [25]

Durante os dois dias que percorreu a realização desta iniciativa, foram realizadas 51 sessões de Reiki, onde todos responderam a um inquérito de avaliação antes e depois das sessões de Reiki, deste somente 31 foram utilizados para análise, pois tiveram o preenchimento total e correto incluindo a assinatura do utente.

Antes das sessões:

Dos 31 inquéritos avaliados, 52% responderam que conheciam o Reiki.

Quando questionados se tinham algum problema: 30% respondeu que tinham dores no corpo, 25% problema emocional, 18% problema mental, 11% problema energético (falta de energia, cansaço) e 16% queriam experimentar.

Com relação às dores: 30% disseram que costumavam ter dores de cabeça e 43% mencionou sentir algum tipo de dor frequentemente, onde 48% classificou as dores como sendo de nível 4 a 5 em uma escala de 0 a 10.

Após as sessões:

Ao serem questionados como era o nível atual de dor, 57% respondeu nível 1.

34% mencionou sentir uma melhora a nível físico, onde 100% relatou que gostou da experiência obtida nas sessões de Reiki e 87% gostaria de ter outras sessões, o que mostra uma grande receptividade para com o Reiki.

Com a realização dos inquéritos pode-se também demonstrar que uma única sessão de Reiki, é capaz de ajudar a aliviar os sintomas de dores para um nível mais baixo de intensidade, além de lhe proporcionar um melhor bem-estar físico aos utentes.

A prática do Reiki também tem sido utilizada em alguns dos principais centros de tratamento de saúde pública como o Instituto Português de Oncologia (IPO), hospital São João no Porto e Hospital do Fundão.

Também é maior o número de diversos profissionais de saúde que buscam conhecer o Reiki e o utilizam no tratamento de seus pacientes.

Como exemplo pode-se citar o caso da enfermeira e mestre de Reiki Zilda Alarcão que durante 2 anos realizou o trabalho de pesquisa no Hospital São João na unidade de hemato-oncologia, onde acompanhou um total de 58 pacientes em que 30 pacientes receberam a terapia do Reiki e 28 pacientes fizeram parte do grupo controlo.

[26]

Os resultados preliminares dessa pesquisa mostraram que o Reiki aumenta a qualidade de vida de um paciente submetido ao tratamento de oncologia proporcionando um maior bem-estar, além de reduzir a ansiedade, consequência de se estar em um ambiente hospitalar e também devido à própria incerteza do sucesso do tratamento. Os pacientes que receberam a terapia complementar apresentaram menores efeitos colaterais da quimioterapia, aumentando as hipóteses de sucesso terapêutico.

Com a prática mais difundida no âmbito profissional, a APR solicitou em abril de 2011 ao Instituto Nacional de Estatística (INE) a criação do Código das Atividades Econômicas (CAE) para as atividades desenvolvidas pelos terapeutas de Reiki em Portugal, na qual foi atribuído o código: 86906- Outras atividades de saúde humana, n.e.

Outras regulamentações e legislações ainda estão sendo desenvolvidas para abrigar no âmbito legal a prática desta terapia.

10- REGULAMENTAÇÃO DAS PRÁTICAS TERAPÊUTICAS COMPLEMENTARES

Conforme o 3º artigo do Decreto-Lei 45/2003 [27] são consideradas terapêuticas não convencionais aquelas que partem de uma base filosófica diferente da medicina convencional e aplicam processos específicos de diagnóstico e terapêuticas próprias.

Em Portugal são reconhecidas como terapêuticas não convencionais as praticadas pela acupunctura, homeopatia, osteopatia, naturopatia, fitoterapia e quiropraxia.

O artigo 4º do mesmo Decreto-Lei define como princípios orientadores das terapêuticas não convencionais. A defesa da saúde pública, no respeito do direito individual de proteção da saúde e a promoção da investigação científica nas diferentes áreas das terapêuticas não convencionais, visando alcançar elevados padrões de qualidade, eficácia e efetividade.

A nova Lei n.º 71/2013, de 02 de setembro [28]- Regulamenta a n.º 45/2003, passa a incluir a Medicina Tradicional Chinesa, nas terapêuticas não convencionais. Portanto perante a antiga ou a nova lei, o Reiki ainda não é reconhecido em termos legislativos, contudo, Portugal caminha para o desenvolvimento de uma medicina moderna que contempla a visão em que o estado de saúde do homem implica em um bem-estar mais amplo onde se integra a mente, corpo e espírito, como definido pela WHO. [29]

A Caminho desta nova realidade, apesar de o Reiki não estar ao abrigo desta nova lei, está previsto uma sessão informativa para apresentação da nova Lei 71/2013, presidida pelo Professor Dr.º José Pinto da Costa- Professor Catedrático Jubilado do ICBAS – UP que ocorrerá no dia 11/10/2013 *1, com o objetivo de retirar as dúvidas relevantes sobre a nova legislação e tomadas de posição críticas, bem como à circunstância de remeter para diplomas a emitir no futuro a regulamentação de alguns dos aspetos mais problemáticos e relevantes sobre a temática das terapias complementares.

Acredito que em breve a prática de terapêutica como o Reiki, será uma realidade formalizada pelos meios legais, pois de norte e a sul de Portugal, já existem diversas associações que praticam o Reiki em diversos locais como escolas, infantários, unidades de cuidados de idoso, empresas, farmácias, hospitais, consultórios dentários, SPAs, hotéis e outras entidades de serviços.

10.1- Auto-regulamentação do Reiki em Portugal.

Devido ao Reiki ser uma prática fácil de aprender, com resultados iniciais rapidamente perceptíveis no aumento da sensação de relaxamento e bem-estar e utilizada como ferramenta na busca do auto-conhecimento, vem gerando uma

*Nota: 11/10/2013 (Data posterior a finalização e entrega deste trabalho)

crescente demanda da população no interesse em busca de uma melhor qualidade de vida. Isto resultou na criação de duas das mais importantes associações dedicadas a promover o estudo, a prática e a divulgação do Reiki em Portugal que são Associação Portuguesa de Reiki (APR) e a Escola Portuguesa de Reiki e Terapia Complementares (EPTC), que tem por objeto ensinar o Reiki dentro dos parâmetros desenvolvidos por Mikao Usui.

A EPTC fundada em 1997 conta com 3 sedes: em Carcavelos, Lisboa e Porto.

[30]

A APR fundada em 2008 conta com 28 sedes: 11 na região Norte, 11 no Centro, 3 na região Sul e 3 nas Ilhas. **[31]**

Devido à importância que o Reiki vem demonstrando nos cuidados paliativos, surgiu a necessidade da elaboração de um código de ética do terapeuta de Reiki e outras normativas. A APR também acredita que a autorregulamentação é a melhor prática para que esta terapêutica seja reconhecida e credibilizada publicamente, por isso, vem desenvolvendo a aplicação de algumas normas para a boa prática do Reiki em Portugal.

10.2- Código de Ética

O código de ética foi criado pela APR com a finalidade de unificar a prática de Reiki exercida em Portugal, visando uma prática ética que garanta um serviço seguro e de qualidade, que siga os cinco preceitos do Reiki, de forma a proporcionar acima de tudo o bem-estar dos utentes e dos seus praticantes.

São 5 principais princípios éticos **[32]** e cada um deles é detalhado no código da prática profissional destinado a praticantes de Reiki que trabalhem de forma profissional ou como voluntários **[33]** e aos mestres formadores que ensinam e iniciam novos praticantes em Reiki. **[34]**

- 1-** A integridade, imparcialidade e respeito para com todos os seres vivos é obrigatória.
- 2-** Todos os relacionamentos e interações profissionais deverão ser éticos e objetivos.

- 3- A terapia deve ter sempre os padrões mais elevados de prática, pelo que cada terapeuta de Reiki deve ter atenção os seus conhecimentos teóricos e a experiência prática.
- 4- O terapeuta deve ter os seus níveis energéticos em boas condições para que possa exercer corretamente a veiculação da Energia Universal.
- 5- O terapeuta deve fazer uso do sigilo profissional explicando-o ao paciente.

Além do código de ética o terapeuta de Reiki também pode contar com a Norma Portuguesa da Prática de Terapia Reiki, denominada NPTCR-01 **[35]**

11- REIKI E O FARMACÊUTICO

A farmácia tem na sua essência a busca da promoção da saúde voltada para a missão social.

O código de deontologia do farmacêutico **[32]** no primeiro parágrafo salienta que o exercício da atividade farmacêutica tem como o objetivo essencial a pessoa do doente.

O farmacêutico não é mais apenas visto como um dispensador de medicamentos e cada vez mais atua no papel de agente de promoção da saúde, poderíamos dizer que a promoção da saúde pode ser referida como a criação de condições de saúde ou uma condição preventiva de saúde.

Com tantos benefícios relatados com a prática do Reiki, no controle de “stress”, redução do quadro de ansiedade, redução do nível da dor, melhoria no quadro imunológico, aumento da cicatrização e inclusive a redução dos efeitos indesejáveis causados pelos medicamentos, torna a prática desta terapia atrativa na atuação dos farmacêuticos.

O Decreto Lei 307/2007 de 2 novembro **[36]** que dispõe sobre os serviços farmacêuticos, diz que as farmácias podem prestar serviços farmacêuticos de promoção da saúde e do bem-estar dos utentes.

A utilização da terapia complementar Reiki pode ser de grande valia em serviços como o apoio domiciliário e nos programas de cuidados farmacêuticos a pacientes com doenças crónicas, pois adequa-se bem à profissão do farmacêutico, sendo uma técnica complementar onde não é realizado nenhum tipo de diagnóstico, que de forma alguma substitui a medicina convencional, ou acompanhamento médico ou a medicação utilizada, não utiliza de técnicas invasivas ou manipulação corporal, além de não estar vinculada a nenhuma prática religiosa, o que facilita a sua aplicação em um ambiente profissional.

A necessidade de uma maior humanização na atenção aos utentes com doenças crónicas vai além das questões da recomendação terapêutica e o conselho do uso racional do medicamento, muitas vezes segue principalmente o apoio a nível psicológico. O farmacêutico não é um profissional com capacidade académica para prestar este tipo de apoio que por diversas vezes é solicitada pelos utentes. Contudo, o Reiki pode ser a resposta também nesta questão, uma vez que já demonstrou proporcionar um aumento geral do bem-estar físico e mental.

12- CONCLUSÃO

Nos 3 meses de estágio no Hospital Universitário Puerta de Hierro em Madrid, Espanha, tive a oportunidade de presenciar os benefícios do Reiki em pacientes oncológicos submetidos a quimioterapia, uma experiência que descrevo como um grande aprendizado pessoal e profissional.

Sem números estatísticos ou comprovações científicas posso com certeza afirmar que o Reiki é uma terapia complementar muito útil no auxílio de pacientes submetidos ao tratamento de câncer.

É visível a diferença entre o antes e o depois, dos pacientes que aceitam a terapia com o Reiki. Não é nenhum milagre, são ganhos diários na melhoria da qualidade de vida desses pacientes, com conquistas que podem parecer pequenas aos olhos de quem nunca presenciou a luta diária pela vida desses pacientes.

As melhorias que posso relatar foram a redução do estado de cansaço físico que levam a muitos pacientes a uma total prostração, onde até o falar torna-se difícil.

Redução das náuseas e vômitos durante o tratamento, melhoria do humor, na autoestima, essas pequenas diferenças fizeram com que muitos desses pacientes passassem a acreditar na possibilidade da cura, a encarar a doença não mais como um sentença de morte e no lugar da depressão e desânimo era comum o relato de gratidão por mais um momento vivido.

Contudo, considero importante o investimento em pesquisas científicas com a finalidade de compreender melhor como essa técnica pode ajudar os pacientes, assim como entender quais as alterações fisiológicas que o Reiki causa para proporcionar um estado de relaxamento e alteração dos padrões mentais que levam a uma evolução para um estado melhor de saúde. Apesar de na sua maioria os estudos se mostrarem inconclusivos com relação aos benefícios do Reiki, eles também revelam resultados interessantes sendo necessária a realização de mais estudos de forma a esclarecer os efeitos do Reiki.

O Reiki em Portugal, vem assumindo uma posição ética de qualidade que proporciona uma utilização mais profissional, porém sem perder a essência da terapia Reiki, onde a simplicidade e o amor incondicional, são os caminhos seguidos com o objetivo de tornar o Reiki em uma terapia complementar a nível do sistema de saúde pública de Portugal.

Com tudo do que foi observado no período de estágio e pesquisado na literatura bibliográfica, considero o Reiki uma forma muito útil de complementar o tratamento dos utentes, sendo importante para todos os profissionais dedicados ao trabalho voltado para a saúde e o bem-estar dos utentes, nos quais se incluem os farmacêuticos.

BIBLIOGRAFIA

- 1- Barnes P., Bloom B. and Nahin R., 2008 – Complementary and alternative medicine use among adults and children: United States, 2007- National Center for Health Statistic. Nº 12.
- 2- Baldwin A., Vitale A., Brownell E., Scicinski J., and Kearns M., 2010- The touchstone process, An ongoing critical evaluation of Reiki in the scientific literature- Holistic Nursing Practice. 24(5). P.260-276.
- 3- Reiki é simples – A filosofia de vida do Reiki. © Associação Portuguesa de Reiki.
- 4- Miles P. and True G., 2003- Reiki-Review of a biofield therapy history, practice and reseearch. Alternative Therapies. Vol. 9. Nº2.
- 5- What is the History of Reiki?- The International Center for Reiki Training. Disponível em: <http://www.reiki.org/FAQ/HistoryOfReiki.html>. Acessado em: 23/09/2013.
- 6- Streich Marianne, 2009 - The story of Dr Chujiro Hayashi- Reiki News Magazine. Fall- P. 36-40.
- 7- Streich Marianne, 2007 – How Hawaya Takata practiced and taught Reiki – Reiki News Magazine. Spring- P.10-18.
- 8- Sobre o Reiki- Associação Portuguesa de Reiki- Monte Kurama. Disponível em: <http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/sobre-reiki/sobre-reiki.html>. Acessado em: 23/09/2103.
- 9- Alandydy P. and Alandydy K., 1999- Using reiki to support surgical patients - Journal of Nusing Care Quality. 13(2). P. 89-91.
- 10- Mole P. 1992- A acupunctura, equilíbrio energético para o corpo a mente e o espírito. Ed. Estampa. P.35-56.
- 11- De`Carli J. 2009- Reiki, amor, saúde e transformação. Ed.Dinalivro- 1º edição em Portugal.
- 12- Smith W., 2004- Quanta and coherence effects in water and living systems- The Journal of Alternative and Complementary Medicine. 10(1) P. 69-78.
- 13- Messeli M. and Graham D., 2011- Extracellular electrical fields direct wound healing and regeneration- Biological Bulletin. 221(1) P.79-82.
- 14- Meng S., Rouabhia M. and Zhang Z., 2011 – Eletrical stimulation in tissue regeneration- Applied Biomedical Engineering- Chapter 3.
- 15- Como funciona o Reiki- Energia Vibracional. Disponível em: <http://reiki.conhecendo.com.br/energia.htm> Acedido em: 02/10/2013.
- 16- deMaye-Caruth B., 2002- Complementary medicine: heath care trends for the new millennium- Hospital Materiel Management- 22(2) P.188-22
- 17- Richeson N., Spross J., Lutz K., Peng C., 2010 – Effects of Reiki on anxiety, depression, pain and physiological factors in community-dwelling older adults- Research in Gerontological Nursing. 3(3).
- 18- Engebretson J. and Wardell DW., 2002- Experience of a Reiki session- Alternative Therapies in Heath Medicine. 8(2) p.48-53.

- 19- OLIVEIRA R. M. J. 2003 - Avaliação de efeitos da prática de impostação de mãos sobre os sistemas hematológico e imunológico de camundongos machos. São Paulo, Dissertação (Mestrado) – Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo.
- 20- Díaz-Rodriguez L., Arroyo-Morales M., Cantarero-Villanueva I., Fernández-Lao C., Polley M., and Fernández-de-las-Peñas C., 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).
- 21- Morse M. and Beem L., 2011 – Benefits of Reiki therapy for several neutropenic patient with associated influences on a true random number generator- Case reports- Journal of Alternative and Complementary Medicine. 17(12). P.1181-1190.
- 22- Vitale A. and O'Connor P., 2006- The effect of Reiki on pain and Anxiety in women with abdominal hysterectomies- A quasi-experimental pilot study- Holistic Nursing Practices. 20(6) p. 263-272.
- 23- Garé R., 2008- Efeitos do Reiki na evolução do granuloma induzido através da inoculação de BCG em Hamsters e do tumor ascístico de Ehrlich induzido em Camundongo- Dissertação de Mestrado- Universidade de São Paulo- Medicina Veterinária e Zootecnia.
- 24- Fazzino D., Griffin M., McNulty S. and Fitzpatrick J., 2010 – Energy healing and pain, a review of the literature - Journal Holistic Nursing Practice. 24(2). P.79-88.
- 25- Reiki na comunidade 2013- 3º fórum saúde e bem-estar . ©Associação Portuguesa de Reiki.
- 26- Trabalho realizado no Hospital São João no Porto. Zilda Alarcão. 2011- Reiki dá-se o respeito- Revista Visão- 10 de novembro- P.92-93. Disponível em: <http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/files/entrevista-visao-reiki-associacao-portuguesa-de-reiki.pdf>. Acedido em: 02/10/2013.
- 27- Decreto-Lei 45/2003- Lei do enquadramento base das terapêuticas não convencionais. Disponível em: <http://dre.pt/pdf1s/2003/08/193A00/53915392.pdf>. Acessado em 11/09/2013.
- 28- Sessão informativa da Lei 71/2013, 2 de setembro- Encontro Veritati- Disponível em: <http://www.porto.ucp.pt/pt/central-eventos/encontros-veritati-0> Acesso: 07/10/2013.
- 29- WHO - World Health Organization, 2006- Constitution of the world health organization. Basic Documents, Forty-fifth edition, Supplement. Disponível em: http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf. Acedido em 09/09/2013.
- 30- Localização das sedes da EPTC- Disponível em: <http://www.reiki.pt/?gclid=CMWv0c6lh7cCFTLMtAodrmwAXg#> . Acesso em 12/09/2013.
- 31- Localização das sedes da APR- Disponível em: <http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/associacao/coordenadores-nucleos-regionais.html>. Acesso em 12/09/2013.
- 32- Princípios Éticos – Associação Portuguesa de Reiki- Disponível em: <http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/codigo-de-etica/codigos-de-etica.html>. Acesso em: 12/09/2013.
- 33- Código de ética profissional para terapeutas- Associação Portuguesa de Reiki- Disponível em: http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/images/stories/codigo_deontologico_-_julho_2010.pdf. Acesso em: 12/09/2013.
- 34- Código de ética profissional para mestres e formadores- Associação Portuguesa de Reiki- Disponível em: http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/files/codigo_de_etica_mestre_e_professores_monte_kurama_apr.pdf. Acesso em: 12/09/2013.

35- Norma Portuguesa da prática da Terapia Complementar Reiki (NPTCR-01)- Associação Portuguesa de Reiki- Disponível em: <http://associacaoportuguesadereiki.com/reiki/files/NPTCR-01-2013.pdf>. Acesso: 12/09/2013.

36- O regime jurídico das farmácias de oficina, previsto no Decreto -Lei n.º 307/2007, de 31 de Agosto. Disponível em: <http://www.sg.min-saude.pt/NR/rdonlyres/B9EBB192-952E-4C97-94FD-6B54A9F75A58/18539/0799307993.pdf>. Acesso: 11/09/2013.

ANEXOS

Posição de aplicação de Reiki.²

Cabeça



Corpo



Continuação Posição de aplicação de Reiki. ²

² Fonte Imagem: <http://reiki.conhecendo.com.br/aplicacoes.htm>

Costas



Pernas e Pés



²Fonte Imagem: <http://reiki.conhecendo.com.br/aplicacoes.htm>

