

## TERAPIA OCUPACIONAL PARA O RECOVERY : PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES

**LUCIARA DE SOUZA LEMES<sup>1</sup>**; **ÉLLEN CRISTINA RICCI<sup>2</sup>**, **LETÍCIA SABOIA DA SILVA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – lemesluciara@gmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – ellenricci@gmail.com*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – leticiasaboaia@gmail.com*

### 1. INTRODUÇÃO

As Práticas Integrativas e Complementares (PICs) consistem em tratamentos com base em recursos terapêuticos, a partir de conhecimentos milenares com fins de prevenção e tratamento de diferentes adoecimentos físicos e/ou mentais.

As PICs servem como um dispositivo de acolhimento, considerando as especificidades de cada pessoa e sua história de vida, no intuito de contemplar suas múltiplas identidades e necessidades subjetivas. Podem contemplar uma ressignificação na concepção acerca das vivências psíquicas e emocionais, de modo a ultrapassar perspectivas que se baseiam exclusivamente em leituras biomédicas e psiquiátricas (Muniz et al, 2021).

Os terapeutas ocupacionais têm o uso das PICs regulamentada pela Resolução COFFITO nº 491, desde 20 de outubro de 2017, atuando na promoção e prevenção da saúde. De encontro com as orientações que a OMS (2021) tem realizado aos países desde 2013 para implantar políticas e práticas comunitárias orientadas pelo recovery, estas dialogam com as PICs e a TO. O projeto terapia ocupacional para o recovery: práticas integrativas e complementares propõe a formação de estudantes para a técnica de Reiki, afim de oferecer sessões de Reiki no Serviço Escola de Terapia Ocupacional (SETO). Reiki é uma terapia complementar e integrativa e não substitui os tratamentos tradicionais, o indivíduo que recebe o reiki deve continuar com suas medicações e terapias normalmente.

A terapia Reiki é realizada através da imposição das mãos do reikiano , sobre o corpo da pessoa deitada ou sentada na intenção de troca de energia e alinhamento dos chakras. As mãos do reikiano não precisam encostar o corpo do receptor, respeitando a intimidade e individualidade dos corpos, porém não é errado o toque e pode ser um potencializador da troca energética. O Reiki, possui caráter preventivo e harmonizador, trata o físico, mental, espiritual e emocional, com resultados concretos na ansiedade, insônia, dores crônicas, depressão e não tem contraindicação.

### 2. METODOLOGIA

O projeto 5917 -Terapia ocupacional para o recovery: práticas integrativas e complementares aprovado no dia 01/09/2022 teve início com a realização de um curso de formação em Reiki nível 1. As inscrição dos interessados na formação de reiki nível 1 foram realizadas através de um formulário google forms onde cinco estudantes de terapia ocupacional foram selecionados e adicionados ao e-projeto onde foi disponibilizados materiais em textos, artigos, vídeos e apostila

nível I para estudo obrigatório e pré requisito para o encontro presencial que aconteceu no sábado dia 24/09/2022 no Serviço Escola de Terapia Ocupacional. Neste foram tirados dúvidas, realizada a cerimônia de iniciação e primeiras práticas de auto aplicação e aplicação em pares. O curso contou com o auxílio de duas estudantes de terapia ocupacional que já haviam realizado as formações de nível I, II e III e se disponibilizaram a permanecer no projeto de forma voluntária. A divulgação dos atendimentos passaram a ser realizadas nas redes sociais do SETO, website da UFPEL e cartazes no próprio serviço, diante das primeiras procura foram iniciadas as práticas com agendamento semanal. Desde 03/04/2023 o projeto conta com uma bolsista de extensão com 20h semanais.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os atendimentos de Reiki, acontecem três vezes por semana, todas as terça das 08:00 às 11:00, quinta e sexta, das 14:00 às 17:00 no SETO. Cada usuário é atendido uma vez por semana com a duração de 30 a 40 minutos cada sessão, sendo atendidas quatro pessoas por dia. Os atendimentos são realizados através de agendamento, a agenda é aberta na segunda-feira, para os atendidos na semana corrente. A adesão tem sido grande, e muitas vezes os usuários não conseguem horário na mesma semana.

Atualmente estamos com 60 usuários recebendo terapia Reiki, pessoas entre 20 e 78 anos, com maior prevalência de idosos. Desses se autodeclararam negros 60%. No primeiro atendimento é preenchida uma ficha de anamnese com dados de identificação, onde pergunta-se qual o motivo da procura pelo Reiki, e se já conhecia a técnica. A maioria respondeu ser a primeira vez e buscaram atendimento porque ouviram falar que era bom para ansiedade, depressão, estresse entre outras demandas emocionais. Essa ficha possui uma escala likert com 5 carinhas numa escala que avalia bem estar, mostrando carinha triste, indiferente e feliz, antes de cada sessão o usuário marca como está se sentindo naquele momento, e após receber o Reiki marca a carinha de como está se sentindo após a terapia. Todos relatam que após o reiki sentem um relaxamento e uma grande paz, 100% marcam a carinha mais feliz na escala.

Reiki, segundo Miller (2015) é uma técnica de cura pela imposição das mãos. Foi descoberto no fim do século XIX, pelo doutor japonês Mikao Usui, e visa harmonizar o corpo e restabelecer o equilíbrio. Recomenda-se o Reiki não apenas para tratar enfermidades, mas também em caráter preventivo. O Reiki é uma terapia sem contraindicação.

Segundo Carli, (2013) ao ampliar energia (Ki) que circula naturalmente pelo organismo, aumenta e mantém a saúde e a vitalidade, atuando nos bloqueios energéticos, renovando as células e promovendo saúde.

### 4. CONCLUSÕES

Espera-se formar pessoas para praticar as PICs e ampliar o acesso dessas técnicas para a comunidade de Pelotas e região, melhorando as condições de saúde. Alguns estudos já trazem os benefícios do Reiki. No Brasil, com a implementação das práticas integrativas no SUS, os usuários estão tendo a oportunidade de experimentar novas terapias em saúde que não as medicamentosas, e compreender o que é terapia holística, através da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em saúde (PNPIC) em 2006. O Reiki é uma terapia de baixo custo e fácil aplicação que está tendo uma grande

adesão principalmente pelos idosos. Por ser uma terapia que promove o alívio espontâneo das dores e o bem estar geral dos usuários, é uma técnica não invasiva e não apresenta contraindicações (Beulke et al, 2019).

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BEULKE, S.L, et.al. **Reiki no alívio de sinais e sintomas Bio Psicoemocionais relacionados a quimioterapia.** Cogitare Enfermagem; 24; e56694, 2019.tab, graf.

CARLI, J. D. **Reiki Universal.** 10ª ed. Editora Madras, 2006. p.18 -58

DACAL, M.D.P.O. SILVA I.S. **Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos.** Rio de Janeiro, v.42, 2018.

FREITAG, V. L; DALMOLIN, I. S; BADKE, M.R; ANDRADE, A. **Benefícios do Reiki em população idosa com dor crônica.** Florianópolis, v.23, 2014

MILLER, J.P. o livro dos chakras, da energia e dos corpos sutis:**uma nova visão das tradições antigas e modernas sobre os nossos centros de energia.**1.ed. São Paulo: Pensamento; 2015

MUNIZ, P.G; et.al. Vozes- espelhos :O encontro com o comum e a Alteridade no projeto de extensão universitária de grupos de recovery e empowerment em saúde mental. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental / Brazilian Journal of Mental Health**, v.13, n.35, p.95 -107, 2021.