

## A ARTE DE CUIDAR ATRAVÉS DO REIKI

Geneci Maria Moreti  
Elaine Pereira, Leonilda de Fatima Zani  
Margarete Pereira Barela, Maria de Lourdes Ferreira  
Márcia Araujo Souza, Sandra de Freitas  
Sergiane C. Moraes Hidalgo, Suelen Mara da Silva  
Suse Mary Rosa da Cruz, Viviane C. Massruha Santaniello  
CAISM/UNICAMP  
E-mail: [geneci.moretti@hotmail.com](mailto:geneci.moretti@hotmail.com)

**Resumo:** O Reiki é uma técnica simples baseada na transmissão de energia universal através da imposição de mãos, podendo tocar ou não o corpo. Proporciona o equilíbrio energético trazendo melhora no aspecto físico, mental e espiritual. Com objetivo de promover a melhoria na qualidade de vida e da saúde dos profissionais de enfermagem do Hospital da Mulher – CAISM/UNICAMP, a iniciativa para aplicação do Reiki partiu da equipe de enfermagem da Neonatologia com apoio da supervisão e direção da unidade. Após os resultados positivos dessa experiência, a técnica do Reiki foi ampliada para toda equipe de enfermagem do hospital. A proposta inicial foi de promover a atividade durante a semana de enfermagem de 2013, onde o profissional pudesse receber um cuidado holístico, um momento de estado de relaxamento criando um ambiente onde o profissional pudesse sentir e de fato ser cuidado através dos benefícios do Reiki. Observando os bons resultados desta terapia, tanto pelos que receberam este cuidado, quanto por aqueles que aplicam o Reiki, a Divisão de Enfermagem estendeu as oficinas em 2014, realizando em vários momentos. Entre os 11 profissionais que se revezaram na aplicação da terapia, referiram sentimento de realização, paz, felicidade e grande segurança durante e após o procedimento. Os 200 receptores do Reiki verbalizaram ter sentido paz, relaxamento, tranquilidade, melhora do sono e do humor, além disso, retornaram ao trabalho com mais animo e estímulo.

**Palavras-chave:** Reiki. Qualidade de vida do trabalhador. Cuidado holístico