

EFEITOS DA TERAPIA REIKI USUI NO BEM-ESTAR DE GRADUANDOS EM ENFERMAGEM DO ÚLTIMO ANO

João Paulo Soares Fonseca¹, Sueli de Carvalho Vilela²

¹Programa de Pós-graduação em Enfermagem - Doutorado. Faculdade de Enfermagem Universidade Federal de Alfenas - UNIFAL. E-mail: joaopaulo.fonseca@sou.unifal-mg.edu.br; ²Programa de Pós-graduação em Enfermagem - Doutorado. Faculdade de Enfermagem Universidade Federal de Alfenas - UNIFAL. E-mail: sueli.vilela@unifal-mg.edu.br

Introdução: As Práticas Integrativas Complementares em Saúde (PICS) têm ganhado destaque como alternativas de tratamento que promovem o bem-estar físico, mental, emocional e espiritual dos indivíduos. Dentre as PICS, o Reiki se destaca por sua abordagem única de canalização e transmissão de energia universal, realizada por meio da imposição das mãos. Integrado ao Sistema Único de Saúde, o Reiki oferece uma proposta terapêutica que complementa os tratamentos convencionais, favorecendo a saúde integral dos indivíduos. A relevância deste estudo reside na análise do impacto da terapia Reiki Usui no bem-estar de graduandos de enfermagem, uma população frequentemente exposta ao estresse acadêmico e emocional. **Objetivo:** Avaliar os efeitos da terapia Reiki Usui sobre o bem-estar de graduandos de enfermagem no último ano, considerando a importância de práticas que contribuam para a saúde mental e emocional desses futuros profissionais. **Métodos:** Trata-se de um estudo quase experimental que utilizou um desenho de avaliação pré e pós-intervenção. A pesquisa foi realizada com 16 discentes de enfermagem de uma universidade privada no Sul de Minas Gerais, sendo aplicada a terapia Reiki Usui em duas modalidades: esporádica (um dia) e contínua (quatro dias consecutivos). Para a coleta de dados, foram utilizados um Questionário Sociodemográfico e de Hábitos ou Estilo de Vida, a Escala de Bem-estar Psicológico (EBEP) e a Escala de Bem-estar Subjetivo (EBES). A análise estatística foi realizada para verificar as diferenças significativas entre os grupos. **Resultados:** Os resultados demonstraram que a aplicação do Reiki Usui, tanto na modalidade esporádica quanto na contínua, promoveu melhorias significativas no bem-estar dos participantes ($p < 0,05$). Na EBEP, os dados indicaram que a aplicação esporádica resultou em um desempenho superior, com $p = 0,0298$ na subescala 1, $p = 0,0058$ no domínio de afeto positivo e $p = 0,0289$ na satisfação, evidenciando uma melhora considerável no bem-estar psicológico. A EBES também revelou resultados positivos, com a aplicação esporádica apresentando $p = 0,0178$ na avaliação geral e $p = 0,0001$ na satisfação com a vida, em comparação com a modalidade contínua. **Conclusão:** A terapia Reiki Usui demonstrou ser uma intervenção complementar eficaz, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar dos estudantes de enfermagem. Diante do cenário atual, em que o estresse e a pressão acadêmica são comuns, é fundamental que a enfermagem considere a inclusão de práticas integrativas como parte de sua formação e cuidado. **Contribuições para Enfermagem:** Este estudo ressalta a importância de incorporar o Reiki e outras PICS nas estratégias de saúde mental, promovendo não apenas o cuidado integral ao paciente, mas também o autocuidado dos profissionais de saúde. Assim, recomenda-se o incentivo à utilização do Reiki como parte das práticas de enfermagem, visando não apenas a melhoria do bem-estar dos alunos, mas também sua futura atuação profissional.

Descritores: Reiki Usui, Bem-estar Psicológico, Bem-estar Subjetivo, Estudantes de Enfermagem.