

Energia que Acolhe: Reiki como Terapia Integrativa no Enfrentamento do Alzheimer

Autor: Olga Maia de Azevedo¹

Tutor externo: Rodrigo Costa de Oliveira²

INTRODUÇÃO

A Doença de Alzheimer (DA) é um transtorno neurodegenerativo progressivo, caracterizado por perda de memória, comprometimento cognitivo, dificuldade nas atividades diárias mais corriqueiras que afeta atualmente milhões de pessoas e não tem uma cura definitiva. Os fármacos concentram-se no controle dos sintomas e no retardamento do avanço de declínio cognitivo, proporcionando ao paciente maior autonomia e qualidade de vida por mais tempo. Embora não reverta a perda neural, a aplicação de Reiki traz benefícios práticos ao paciente, pois foca no alinhamento dos chakras, estimula o relaxamento diminuindo a agitação, a ansiedade e episódios de irritabilidade comuns na demência, proporcionando o bem-estar. Contudo, como coloca Lucchese e Hartmann (2012,71p.): “esta demência se apresenta de forma extremamente individual. Isto é, as coisas não acontecem da mesma forma para todos os pacientes. Por isso, sensibilidade e atenção são as palavras-chave.”.

O Reiki tem sido estudado pelo potencial em auxiliar pacientes com diagnóstico de DA, contribuindo para melhorias em diferentes áreas da vida, como a emocional, psicológica, física cognitiva, espiritual e bem-estar.

Com base nas considerações apresentadas, o principal objetivo desta pesquisa é conduzir uma revisão bibliográfica, explorando as pesquisas mais recentes, avaliando descobertas significativas e sintetizando um panorama que contribua para a compreensão aprofundada das propriedades, benefícios e potenciais aplicações terapêuticas. Além disso, nossa abordagem visa não apenas consolidar o conhecimento existente, mas também estimular novas perspectivas e questionamentos que possam enriquecer a compreensão científica sobre este assunto.

¹ Acadêmico do Curso de Terapias Integrativas e Complementares em Porto Alegre- Polo Zona Sul; E-mail: 6776110@aluno.uniasselvi.com.br

² Tutor Externo do Curso de Terapias Integrativas e Complementares em Porto Alegre– Polo Zona Sul; E-mail: rcdo@hotmail.com

Entre as evidências encontradas na literatura, destaca-se a indicação, a partir de pesquisas já publicadas e revisadas, de que o Reiki ajuda pessoas com comprometimento cognitivo leve. Conforme o Ministério da Saúde do Brasil (2025), essa prática terapêutica utiliza a imposição das mãos para canalização da energia vital, visando promover o equilíbrio energético necessário ao bem-estar físico e mental.

No Brasil, as Terapias Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são reconhecidas e implantadas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), quando esta foi aprovada, por meio da Portaria GM/MS no 971, de 3 de maio de 2006, em que vem sendo acrescidas PICS ao longo dos anos. O Reiki faz parte desse grupo, atualmente de 27 PICS, desde 2017, envolvendo abordagens de tratamentos terapêuticos com ênfase na atenção básica, voltada ao cuidado continuado, humanizado e integral em saúde.

1. DOENÇA DE ALZHEIMER (DA)

Conforme SILVA, et al (2020): “O Alzheimer é uma desordem crônica, progressiva e irreversível com surgimento insidioso e de etiologia desconhecida. A doença é causada pela destruição de neurônios colinérgicos, se manifestando, principalmente, na perda de memória e cognição, bem como prejuízos ao comportamento social.”.

A Doença de Alzheimer manifesta-se inicialmente com perda de memória recente, dificuldades de concentração e confusão. Com a progressão, surgem: alterações comportamentais e de personalidade, desorientação no tempo e espaço, dificuldade para realizar atividades diárias, perda de habilidades cognitivas complexas. O avanço é geralmente gradual, podendo levar anos até o comprometimento total da autonomia do paciente.

No contexto médico e de saúde, CID (Classificação Internacional de Doenças) é um sistema de códigos padronizado e criado pela Organização Mundial da Saúde (OMS), usado no mundo todo para registrar e catalogar doenças, lesões, sintomas e outros problemas de saúde. Os CIDs relacionados à DA são:

G30.0 – Doença de Alzheimer de início precoce

G30.1 – Doença de Alzheimer de início tardio

G30.8 – Outras formas especificadas de Doença de Alzheimer

G30.9 – Doença de Alzheimer não especificada corresponde à DA

2. REIKI

O Reiki é uma terapia integrativa, criada no Japão, em 1922, pelo monge budista Mikao Usui. Consiste na transmissão de energia vital por meio da imposição das mãos para harmonizar os campos físico, mental e espiritual, promovendo profundo relaxamento e redução do estresse. A prática baseia-se em cinco princípios fundamentais conhecidos como Gokai, os quais servem como guia de conduta diária:

Figura 1: Gokai



Fonte: <https://www.joomagalhaes.com/o-tao-do-reiki/tag/gokai/>

O Reiki é uma terapia que pode ser feita no domicílio com a pessoa deitada ou sentada, acompanhada ou não de música relaxante. A prática considera o princípio das 7 energias vitais do ser humano, tendo o objetivo de restaurar o equilíbrio, regularizar as funções vitais e equilibrar o corpo e mente (Capitani, 2022).

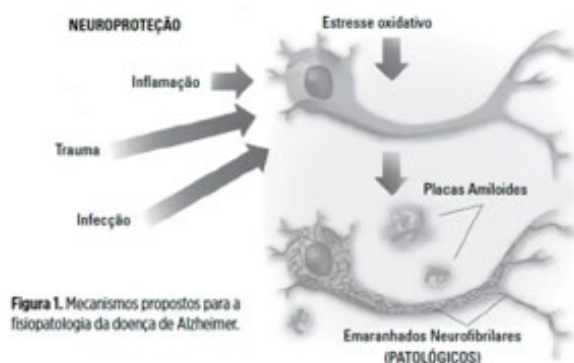
No âmbito internacional, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconhece-o como tratamento complementar, focado nos aspectos psicoemocionais e no bem-estar do paciente, servindo de auxílio no tratamento da dor e redução de problemas de memória em casos leves de comprometimento cognitivo na doença de Alzheimer.

No Brasil, o Reiki é considerado, desde em 2017, como uma das 29 Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). As PICS são reconhecidas pela Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC), desde 3 de maio de 2006, após a aprovação da Portaria GM/MS nº 971. Tais práticas envolvem abordagens de tratamentos terapêuticos complementares ao tratamento convencional, com ênfase na atenção básica, voltada ao cuidado continuado, humanizado e integral em saúde do Sistema Único de Saúde (SUS), tratando o indivíduo como um todo.

No Estado do Rio Grande do Sul, a Nota Técnica 01/2020, do Departamento de Ações em Saúde, da Secretaria da Saúde, o qual coordena a Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares (PEPIC/RS), orienta a implantação do Reiki na

Rede da Atenção à Saúde (RAS). Além disso, dispõe que o Reiki é uma terapia complementar e integrativa de ordem energética sem conotação religiosa.

Figura 2: Fatores Genéticos e Ambientais que Desencadeiam Gatilhos para o metabolismo anormal das proteínas Amiloide e Tau que compõem os neurônios.



Fonte: <https://medicinatural.mediccurso.com.br/doen%C3%A7a-de-alzheimer-e-outras-dem%C3%A7%C3%A3o>

Quanto aos efeitos da aplicação do Reiki, Dressin e Singg (1998) demonstraram uma redução significativa na dor, depressão e ansiedade experimentadas por pacientes com doenças crônicas com uma variedade de condições médicas que receberam Reiki em comparação com Reiki simulado (duas sessões por semana durante cinco semanas).

No caso de IMM, o principal objetivo para aplicação de Reiki seria o de reduzir o estresse, a ansiedade e a depressão, além de ajudar a verbalizar áreas com dores físicas e emocionais para ter um tratamento adequado. O que foi muito interessante, pois, ao receber Reiki, IMM verbalizava sentir uma paz, organizava melhor os pensamentos e emoções, além de relatar uma diminuição de dores nas pernas, sintoma omitido antes da prática. A partir do relato, o médico Neurologista pôde prescrever o medicamento Cloridrato de Duloxetina 30mg uma vez ao dia, o qual é um antidepressivo da classe dos inibidores da recaptção de serotonina e noradrenalina, que age no sistema nervoso central para aliviar sintomas de diversas condições, sendo uma delas o alívio da dor neuropática periférica. Logo, o Reiki auxiliou IMM a expor um sintoma muito comum no Alzheimer, mas que o omitia, uma vez que tem uma elevada resistência para dores, não tendo o costume de exteriorizá-las ou qualquer outro incômodo.

Conforme Andrade(2014): “O envelhecimento populacional tem contribuído para a prevalência de doenças crônicas e incapacitantes neste público, levando à limitação funcional e diminuindo a autonomia do sujeito.”. Foi observado em IMM que, desde que começou a aplicação de Reiki, em 2024, diminuíram momentos de depressão, ajudando

no comportamento social e na memória. Hoje ela ainda está diagnosticada com comprometimento cognitivo leve ou Doença de Alzheimer leve. Descobriu-se que, tanto o Reiki presencial, quanto o Reiki à distância proporcionaram à IMM um estado de relaxamento. Com a luz que o Karuna Reiki emana, o nosso ser é preparado para uma cura profunda, onde são removidas as raízes dos traumas e medos. (Scheid, 2022). Sendo assim, esse espaço vazio é preenchido com pureza e amorosidade, proporcionando paz e serenidade, sintonizando a paciente numa alta frequência vibracional, fazendo com que a energia transformadora produza nesse paciente conteúdo de vida, amor e saúde, restabelecendo equilíbrio mental e emocional. Tendo claro que Reiki é uma terapia integrativa e complementar, temos que ter a responsabilidade de lembrar ao paciente que jamais abandone o tratamento médico convencional, mesmo que com o entendimento da melhora, pois a percepção é de que é muito difícil de resolver o intelecto humano apenas com a ciência (Magalhães, 2022).

3. EVOLUÇÃO DO ALZHEIMER EM IMM

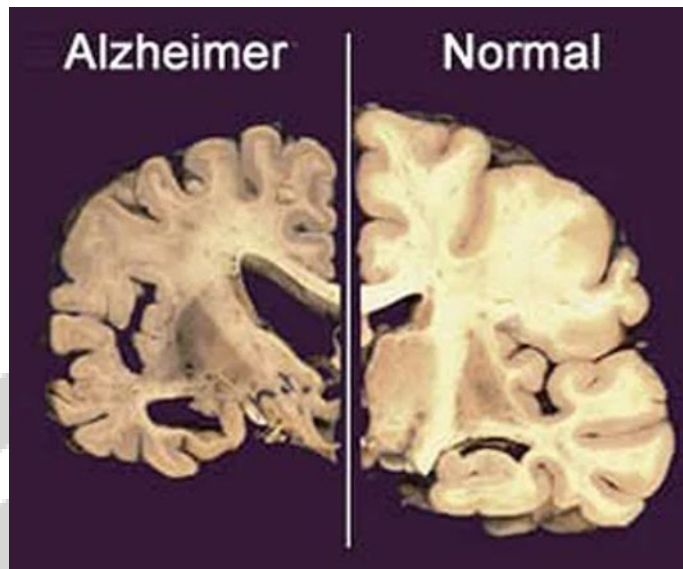
Este estudo refere-se aos efeitos do Reiki em uma paciente, do sexo feminino, nascida em 1940, com diagnóstico de depressão profunda em 2017 e Alzheimer em 2020, aqui chamada por IMM.

Em 2020, o Neurologista, responsável pelo tratamento, continuou com a medicação Sinvastatina de 20mg e iniciou o uso de Oxalato de Escitalopram na dosagem 5mg uma vez ao dia, sendo este um antidepressivo da classe dos inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRS), o qual age nas terminações nervosas de forma a aumentar a concentração cerebral de serotonina (neurotransmissor responsável pela sensação de bem-estar e regulação do equilíbrio mental). A paciente começou a ficar mais sonolenta, com perda de memória leve e recente. Iniciou-se acompanhamento psicológico quinzenal e avaliação psicossocial anual. Além disso, tinha crises de choro, isolamento em alguns momentos do dia, mas fazendo normalmente as atividades diárias pessoais e domésticas, como arrumar a casa, fazer as refeições, cuidar do esposo que se tornou cadeirante nesse período, ir ao mercado, pegar transporte público, além de suas atividades pessoais de higiene.

Em meados de 2022, a medicação do Oxalato de Escitalopram aumentou para 10mg, mas foi mantido o atendimento psicológico quinzenal, além de ter sido feita a avaliação psicossocial, na qual se mostrou um declínio cognitivo gradual. Contudo, IMM continuou realizando todas as tarefas, porém com a ajuda de uma pessoa para fazer as refeições principais, arrumação da casa, além de um familiar que passou a cuidar das compras de mercado e farmácia, mas mantendo a autonomia dela. Nesse

momento, o Neurologista solicitou uma ressonância nuclear magnética, junto com o histórico médico detalhado, avaliação psicossocial, exames laboratoriais, os quais demonstraram o processo de destruição das células nervosas, vindo o diagnóstico do CID G30.0.

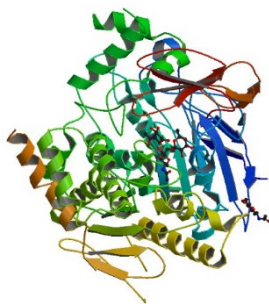
Figura 3: Cortes transversais do cérebro humano, comparando um cérebro saudável com um cérebro afetado pela DA.



Fonte: <https://andreiatorres.com/blog/2017/6/16/aromaterapia-no-tratamento-do-alzheimer>

Com a ressonância em mãos, o Neurologista trocou o Oxalato de Escitalopram para Donepezila 5mg uma vez ao dia, sendo este medicamento inibidor da colinesterase, a qual age aumentando os níveis de acetilcolina no cérebro, um neurotransmissor responsável por controlar a memória e o movimento do corpo; e Cloridrato de sertralina de 50mg, sendo indicado para depressão, além de apresentar sintomas de ansiedade e transtorno do estresse pós-traumático.

Figura 4: Representação da estrutura da acetilcolinesterase humana.



Fonte: <https://pt.wikipedia.org/wiki/Colinesterase>

Em meados de 2023, IMM perdeu o esposo. Esse fato mudou completamente o modo de viver. Por escolha própria, continuou morando em seu lar e fazendo sua comida, mas passou a ser supervisionada por uma Cuidadora durante o dia, manteve saindo para fazer compras no supermercado e fazendo sozinha sua higiene pessoal.

Em 2024, seu estado de saúde evoluiu. Passou a apresentar mais momentos raivosos, agressividade em suas palavras e um avanço no processo de esquecimento da memória recente. Ademais, intensificou sua característica de ser faladora, sem atividades lúdicas para distração.

Após essas alterações, foi necessário aumentar a dosagem da medicação Donepezila de 5mg para 10mg. Além do Neurologista solicitar atendimento psicológico uma vez por semana, um familiar de IMM propôs aulas de pintura uma vez por semana e aplicação de Reiki uma vez por mês. Como resultado, IMM passou a ficar mais calma, ter mais momentos de alegria.

No final de 2024, o Neurologista sugeriu aumentar a frequência da aplicação de Reiki para uma vez por semana.

Em 2025, IMM adquiriu episódios de acumulação compulsiva, mas com os outros sintomas ainda estagnados. O Neurologista passou a prescrever Quetiapina de 25 mg uma vez à noite, preservou a Donepezila de 10mg, tratamento psicológico e aplicação de Reiki semanais, sendo incluídas Cuidadoras no turno da noite.

Atualmente, IMM ainda se encontra em seu lar, assiste à missa frequentemente pelo computador e esporadicamente na Igreja, faz sua higiene e cuidados pessoais de forma autônoma; contudo, recebe auxílio para manuseio de suas medicações. Além disso, realiza aula de pintura, recebe aplicação de Reiki, alimenta de forma equilibrada, gosta de passear, conversar, ler e assistir à televisão. Tem uma rotina diária com atividades que a mantém sempre em movimento.

Por fim, ainda tem a perda de memória recente, mas lembrando de fatos do passado com detalhes. Em contrapartida, preserva a conversa coerente com as situações, faz aulas de pintura em MDF com produções maravilhosas, assiste à televisão, discute sobre novelas e política, bem como adora falar sobre as proezas de seu bisneto.

3.1 Protocolo Reiki em IMM

A aplicação de Reiki envolve estímulos e ativação dos processos naturais de preservação, de regeneração e de clareza. A aplicação em idosos envolve a

imposição suave das mãos sobre os sete centros de energia (chakras) ou áreas de dor. É uma terapia integrativa segura, reconhecida pelo Ministério da Saúde, que visa reduzir a ansiedade, aliviar dores crônicas, melhorar o sono e promover bem-estar geral.

Figura 5 : Os Sete Chakras

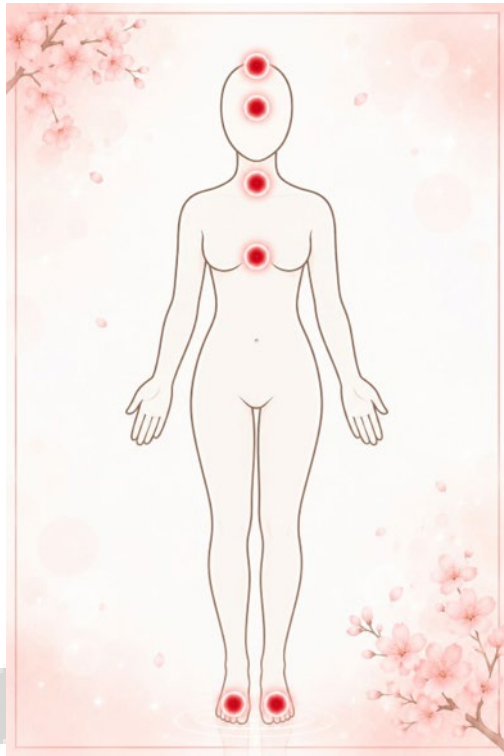


Fonte: <https://in.pinterest.com/pin/1082130616732433177/>

No caso de IMM, com diagnóstico de Alzheimer Leve, o sintoma apresentado é esquecimento recente, o qual lhe causa crises de ansiedade e fala contínua e repetitiva. A compulsão alimentar e o hábito de juntar lixo (hiperoralidade e comportamento de acumulação) nascem dessa ansiedade ou da perda de percepção da saciedade.

O foco do protocolo Reiki para IMM deve ser para acalmar a mente e aterrá-la no aqui e agora. O Reiki é aplicado com maior tempo nos Chakras Coronário e Frontal para reduzir o estresse mental gerado pelos lapsos de memória recente. No Chakra Laríngeo, ajuda no controle dos impulsos de fala repetitiva e atua diretamente na região física da deglutição e da compulsão oral. O Chakra Plexo Solar é um ponto crítico para tratar a ansiedade digestiva, o nervosismo e a falsa sensação de fome constante. Por fim, para terminar a sessão de Reiki, é feita aplicação nos pés, fazendo o aterramento. Isso ajuda a trazer o consultante de volta à realidade, diminuindo a agitação e a mania de mexer no lixo.

Figura 6: Pontos de aplicação de Reiki com mais ênfase em IMM



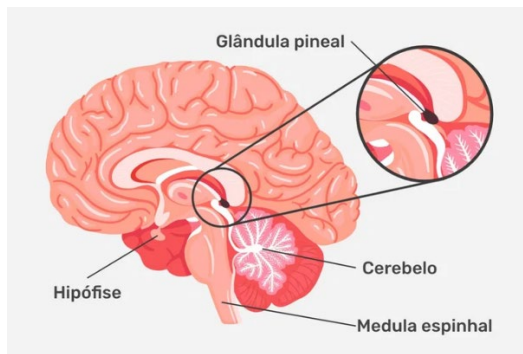
Fonte: Michele Nunes Scheidt

O Reiki é aplicado uma vez por semana, no período da tarde, horário em que as compulsões são mais intensas. Junto com a aplicação de Reiki, também é usado o óleo essencial de alecrim, onde há embasamento científico como terapia complementar promissora para atenuar sintomas cognitivos da DA, embora não represente uma cura para a condição.

Estudos indicam que seus compostos voláteis atuam diretamente em mecanismos cerebrais ligados à memória e à proteção dos neurônios. Quando inalamos óleos essenciais, as células olfativas são estimuladas e esse impulso é encaminhado para o sistema límbico – o centro emocional do cérebro – ligado à memória, à respiração, à circulação sanguínea e aos hormônios. Jimbo e colaboradores (2009) publicaram pesquisa em que testaram o efeito do uso de óleos de limão e alecrim em idosos com demência. O declínio da memória foi atenuado.

No Reiki, a glândula pineal está diretamente conectada ao Chakra Coronário. Acredita-se que o Reiki atua equilibrando a energia desse centro, o que estimula a glândula a regular o sono, a intuição e a promover estados profundos de relaxamento e paz.

Figura 7: Glândula pineal



Fonte: <https://www.tuasaude.com/glandula-pineal/>

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Independentemente dos sintomas apresentados, como agitação, desorientação, ansiedade, estresse ou agressividade, observou-se que a aplicação do Reiki favoreceu o relaxamento da paciente, contribuindo para a redução da ansiedade, do estresse e da percepção das dores. Sendo assim, com o tempo de diagnóstico da paciente, não foi necessário o aumento de doses diárias de Donepezila. Também, não foi necessário o aumento da dosagem do Cloridrato de Sertralina, que atua sobre o neurotransmissor serotonina com orientação e prescrição pelo Neurologista da paciente, facilitando o tratamento adequado e melhorando significativamente a qualidade de vida com a aplicação do Reiki semanal.

Atualmente, a paciente ainda mora em seu lar, tendo uma Cuidadora que ajuda nas tarefas domésticas. Ainda consegue realizar as atividades diárias, tem uma linguagem clara, faz a sua higiene diária sozinha, produz trabalhos manuais com auxílio, mas com autonomia. Tem alguns sintomas do Alzheimer, porém com estagnação. Faz exames anuais, tem consulta neurológica semestral, tem atendimento psicológico e de Reiki semanais e atividade de pintura duas vezes por semana. Não realiza mais a avaliação psicossocial bianual.

Quando IMM recebe o Reiki, diz sentir-se mais leve, com menos pensamentos que não entende, a respiração fica menos acelerada e sente-se feliz. E o Reikiano que o faz diz que sente uma paz quando aplica em IMM, libertando a luz de sua consciência e o tornando um agente de cura, não apenas do corpo, mas do espírito e da mente. Sente uma energia muito forte no Chakra Frontal.

A partir dessa restauração e estabilidade geradas pelo Reiki, ele atua na prevenção e no tratamento de doenças, a preservar a estabilidade emocional e psicológica, além de promover a saúde.

Conforme Barbara Brennan: “Acredito que os sistemas holísticos de cura do futuro combinarão o tremendo corpo de conhecimentos “analizados” da medicina tradicional com os conhecimentos “sintetizados” dos sistemas superiores de energia corporal” (p. 201).

Para os cuidadores, principalmente os que convivem com alguma doença crônica sabendo-se o excesso de cuidados, exigências, esforços e carga emocional tende levar ao seu sofrimento, sentimentos depressivos, ansiedade, autonegligência e exaustão. Sobre eles, também é necessário um olhar mais empático ao observá-lo na saúde física, mental e emocional. Com aplicação de Reiki inclusive, como é o caso da cuidadora de IMM e recebe aplicação uma vez por semana ou mais se esta sentir necessidade.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Andressa de; FREITAG, Vera Lucia; DALMOLIN, Indira s. BENEFÍCIOS DO REIKI EM POPULAÇÃO IDOSA COM DOR CRÔNICA. Disponível em <https://www.scielo.br/j/tce/a/LKbSnRvMWGBJJymjS4G6TKv/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em 16 de maio de 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Recursos terapêuticos PICS**. Brasília: Ministério da Saúde, 07 jun. 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/recursos-terapeuticos>. Acesso em: 7 jun. 2025.

BRENNAN, Barbara Ann. **Mãos de Luz**: um guia para a cura através do campo de energia humano. Tradução de M. A. Gomes. São Paulo: Pensamento, 2002.

CAPITANI, L. O que é Reiki?. Minha vida, 3 nov 2022. Disponível em: <https://www.minhavidade.com.br/saude/tratamento/3988-reiki>. Acesso em 28 jul 2025.

DRESSIN, L.J; SINGG, S: **Effects of Reiki on pain and selected affective and personality variables of chronically ill patients**. Subtle Energies and Energy Medicine 9(1):53 – 82, 1998, 132 p.

GOV.BR. Departamento de Ações em Saúde. Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares. **Nota Técnica 01/2020**: Orientações para Implementação do Reiki na Rede de Atenção à Saúde. Disponível em: <https://atencaoprimaria.rs.gov.br/upload/arquivos/202008/31134710-nota-tecnica-01-2020-reiki-pecic-rs-docx.pdf>. Acesso em 20 de jun. 2025.

JIMBO, Daiki et al. **Effect of aromatherapy on patients with Alzheimer's disease.** Psychogeriatrics, v.9, n.4, p.173-179, 2009. Disponível em: <https://doi.org/10.1111/j.1479-8301.2009.00299.x>. Acesso em: 01 jun. 2025.

LUCCHESI, Fernando; HARTMANN, Ana. **Desembarcando o Alzheimer:** um Guia Prático para familiares e Cuidadores. Porto Alegre: L&PM, 2012.

MAGALHÃES, João. **REIKI USUI:** Descubra a Prática de Reiki Tradicional Japonês. (2022) . 1 ed. Portugal: PRH Grupo Editorial Portugal, Lisboa, 2025, 275p.

SCHEIDT, Michele Nunes. **KARUNA REIKI:** Terapia de Desenvolvimento do Ser Baseada na Compaixão. (2020).1. ed. Porto Alegre: Buqui Comércio de Livros Eireli, Porto Alegre, 2020. 96p.

SILVA, Sabrina Piccineli Zanchettin et al. **Assistência de Enfermagem aos Pacientes Portadores de Alzheimer:** uma revisão integrativa. Nursing (São Paulo), v. 23, n. 271, 2020.4998p.

UNIASSELVI