



**International Journal of Psychology and Health
(IJOPH)**



ASPECTS OF STRESS AND ANXIETY IN CHILDREN AND THE POSSIBILITY OF THERAPY WITH REIKI

Silva, F.F.L¹, Narciso, M.L¹, Silva, W.M.V², Pedrosa, J.V.C², Santos, D.F², Silva, E.V³, Anjos, F.B.R⁴.

¹Biologist of Universidade Federal de Pernambuco, ²Academics Universidade Federal de Pernambuco, ³Researcher of Universidade Federal de Pernambuco, ⁴Professor of Universidade Federal de Pernambuco.

ABSTRACT

The word therapy means, treatment of a pathology, and for this purpose reiki arises, as a complementary therapy, within a vast field of several other therapies. The objective of this study was to trace an emotional profile of stress and anxiety among children aged 8 to 13 years, who are members of the NGO in the community of Bode. For this, semi-directional and cross-sectional questionnaires were used, which showed a high level of stress and anxiety, but did not reach the exhaustion and severity phase, respectively. Outcome of stress resistance and the moderate level of anxiety were the categories that had the highest percentages of children. In view of the above, it is worrying the picture presented in such young people, in this context, reiki would be a great help tool, since this technique provides well-being and harmonization, as well as improving the energetic levels of the patient who is benefiting from this method.

Keyword: Anxiety; Reiki; Stress; Therapy

*Correspondence to Author:

Silva, F.F.L.

Biologist of Universidade Federal de Pernambuco.

How to cite this article:

Silva, F.F.L, Narciso, M.L, Silva, W.M.V, Pedrosa, J.V.C, Santos, D.F, Silva, E.V, Anjos, F.B.R. ASPECTS OF STRESS AND ANXIETY IN CHILDREN AND THE POSSIBILITY OF THERAPY WITH REIKI. International Journal of Psychology and Health 2018, 1:2.



AePub LLC, Houston, TX USA.

Website: <https://aepub.com/>

INTRODUÇÃO

A palavra terapia significa o "método de tratar doenças e distúrbios da saúde"¹, portanto é um instrumento para diminuição ou eliminação do sofrimento ou de visões erradas ou equivocadas nos diferentes meios da vida, como o profissional, emocional e pessoal.

Existem os mais variados tipos de terapia, como por exemplo a psicoterapia que aborda diferentes linhas de pensamento, a terapia intensiva, oferecida dentro de Unidades de Terapia intensiva (UTIs)², com profissionais qualificados, a quimioterapia, que se utiliza de medicamentos quimioterápicos³, terapia gênica utiliza vírus e bactéria para promoção do tratamento e prevenção de algumas doenças⁴. Também existe a Eletroterapia, que utiliza o eletrochoque, no tratamento de distúrbios mentais, porém, hoje em dia essa técnica está restrita a casos especiais; a Fisioterapia, que utiliza massagens, exercícios físicos, utilização de aparelhos eletrônicos¹.

As terapias complementares também estão nesse conjunto, e englobam uma vasta área de conhecimentos e linhas de tratamento, que visam não só a saúde do corpo, mas também a do espírito, o bem-estar, físico, mental e social, buscando a integralidade do ser humano⁵.

O reiki está dentro dessa categoria, e foi desenvolvido por Mikao Usui, monge japonês que se tornando reikiano, passou a ser um canal energético, tratando pessoas, se utilizando dessa energia sutil⁶. Essa técnica possibilita o equilíbrio e harmonização das energias do organismo, possibilitando que o mesmo se cure. Foi com a equação de Einstein, da energia ($E=mc^2$), que foi

provado que tudo no universo é energia em graus variados de vibração, e os seres humanos não são diferentes¹⁰. Abaixo uma figura do campo energético humano, no entanto, todos os seres vivos também possuem, campo esse que o reiki também atua.

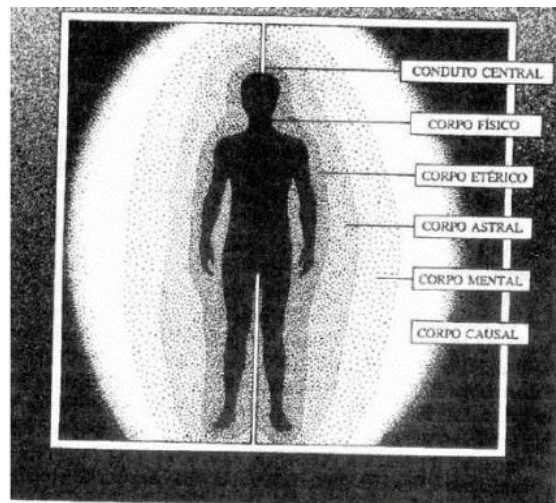


Figura 1: Campo energético humano.

O termo “estresse” foi definido pelo pesquisador Hans Selye como um desvio da homeostase numa condição normal de repouso. As respostas, provocadas por estímulos é normal, porém, se esses estímulos forem negativos e prolongados, podem ocasionar a perda da saúde⁷.

MATERIAL E MÉTODOS

Foram utilizados questionários semidiretivos e transversais para a caracterização retrospectiva da ansiedade e estresse de crianças, com idades entre 8 a 13 anos participantes de uma ONG na comunidade do Bode, no bairro do Pina, Recife. No inventário de ansiedade continha alguns sintomas, como incapaz de relaxar, aterrorizado, nervoso, etc. Na escala de stress infantil, era composto por 35 afirmações que estavam divididas em quatro tipos de reações, como reações físicas, psicológicas,

psicológicas com componente depressivo e psicofisiológicas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados revelaram que crianças apresentaram comportamento em resposta aos estímulos físicos, ambientais e mentais (gráfico 1 e 2).

um comportamento de adaptação da criança aos agentes agressores, devido ao tempo prolongado junto a eles, diminuindo os sintomas físicos, porém, com a continuidade dos estressores, a resistência orgânica diminui, e a criança passa para a próxima fase⁹. No momento não se verificou nenhuma criança na fase de exaustão, que é a fase que os sintomas iniciais voltam e o organismo já não consegue se adaptar por falta de energia adaptativa, ocorrendo o aparecimento de doenças⁹.

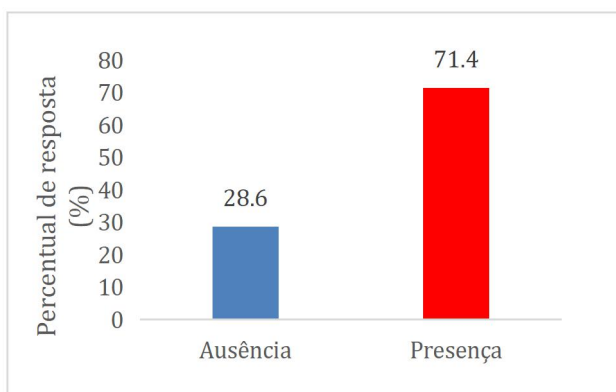


Gráfico 1: Ausência e presença do estresse. Valores numéricos em porcentagem.

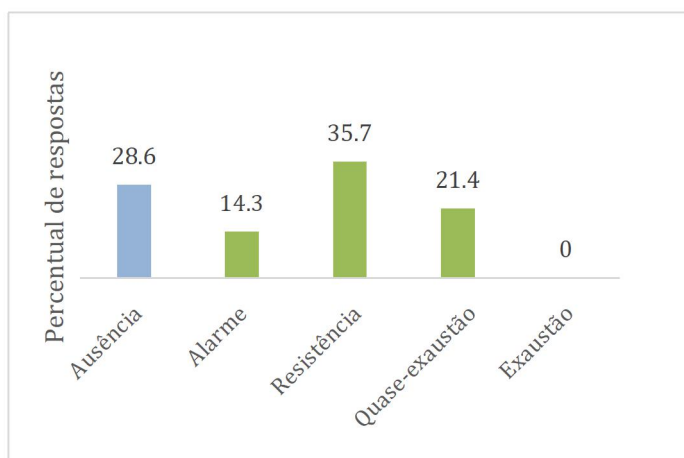


Gráfico 2: Categorias da evolução do estresse identificada nos entrevistados da Comunidade do Bode-Recife Pernambuco.

A grande maioria das crianças que respondeu às perguntas se identificou com características de estresse, de acordo com o protocolo utilizado (gráfico 1), e ainda na categoria de resistência (gráfico 2). Essa fase pode ser interpretada como

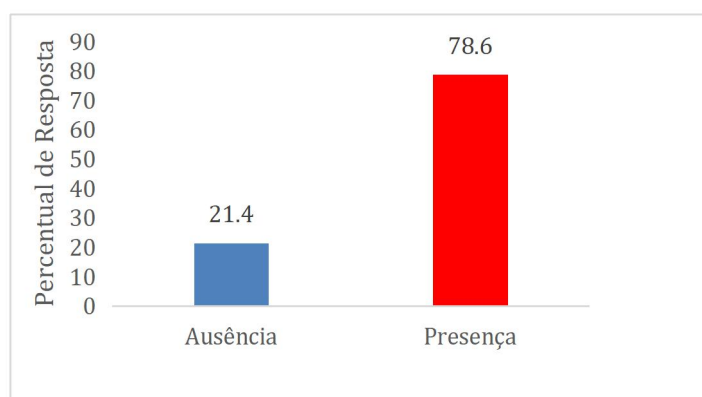


Gráfico 3: Ausência e presença da ansiedade identificada nos entrevistados da Comunidade do Bode-Recife Pernambuco.

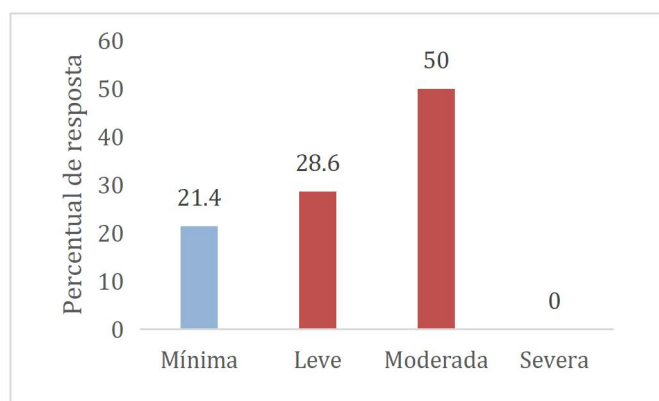


Gráfico 4: Níveis de ansiedade dos entrevistados da comunidade do Bode-Recife Pernambuco.

A continuidade do estresse, pode levar a um quadro de ansiedade, que é definida como “um sentimento vago e desagradável de medo, apreensão, caracterizado por tensão ou desconforto derivado de antecipação de perigo, de algo desconhecido ou estranho”⁸.

Foi evidenciado que as crianças apresentavam um quadro de ansiedade alto (gráfico 3), sendo que 50 % do grupo se enquadrava no nível moderado de ansiedade, tornando o quadro preocupante (gráfico 4). Se relacionarmos o estresse e a ansiedade dos investigados foram praticamente iguais, não houve diferença significativa entre os grupos. Isto demonstra que há uma relação de dependência entre estes dois parâmetros e que o estresse pode desencadear a ansiedade como a ansiedade pode desencadear o estresse. A percentagem da ausência de estresse vista no gráfico 2 foi bem parecido com a percentagem de ausência ou nível mínimo de ansiedade (gráfico 4). O nível de severidade de ansiedade não foi atingido por nenhuma criança até o momento.

CONCLUSÃO

Diante do exposto, é preocupante o quadro apresentado em indivíduos tão jovens. Talvez estas crianças se sintam desamparada, sem a presença da figura dos pais e de uma família estruturada lhes amparando. Nesse contexto, a terapia Reiki seria um grande aliado ao combate dessas patologias, visto que, é uma terapia com uma visão de integralidade, buscando não só a cura do mal, mas também qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

1. PROFESSOR PAULO HERNANDES. **Terapias**. Disponível em: <<http://www.pauloherndes.pro.br/dicas/001/dica047.html>>. Acesso em: 11 out. 2016.
2. VILA, Vanessa da Silva Carvalho; ROSSI, Lídia Aparecida. O significado cultural do cuidado humanizado em unidade de terapia intensiva: "muito falado e pouco vivido". **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 10, n. 2, p. 137-144, abr. 2002. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692002000200003&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 11 out. 2016.
3. INCA, INSTITUTO NACIONAL DE CÂNCER JOSÉ ALENCAR GOMES DA SILVA. **Quimioterapia**. Disponível em: <http://www.inca.gov.br/conteudo_view.asp?id=101>. Acesso em: 11 out. 2016.
4. MENCK, Carlos Frederico Martins; VENTURA, Armando Moraes. Manipulando genes em busca de cura: o futuro da terapia gênica. **Revista USP**, São Paulo, n.75, p. 50-61, nov. 2007. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/revusp/article/view/13620/15438>>. Acesso em: 11 out. 2016.
5. TROVO, Monica Martins; SILVA, Maria Júlia Paes da; LEAO, Eliseth Ribeiro. Terapias alternativas/complementares no ensino público e privado: análise do conhecimento dos acadêmicos de Enfermagem. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**, Ribeirão Preto, v. 11, n. 4, p. 483-489, ago. 2003. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692003000400011&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 11 out. 2016.
6. MCKENZIE, Eleanor. **A Bíblia do Reiki: o guia definitivo para a arte do reiki**. São Paulo: Pensamento, 2010. 400 p.
7. OLIVEIRA, Ricardo Monezi Julião de. Efeitos da prática do reiki sobre aspectos psicofisiológicos e de qualidade de vida de idosos com sintomas de estresse: Estudo placebo e randomizado. São Paulo 2013. Tese (DOUTORADO) – Universidade Federal de São Paulo. Escola Paulista de Medicina

8. CASTILLO, Ana Regina GL. et al. Transtornos de ansiedade. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, São Paulo, v. 22, p. 20-23, Dec 2000. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-44462000000600006> Acesso em: 31 out. 2016
9. PAFARO, Roberta Cova; MARTINO, Milva Maria Figueiredo de. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev. Esc. Enferm. São Paulo*, v. 38, n. 2, p. 152-160, jun 2004. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342004000200005> Acesso em: 27 out. 2016
10. GERBES, Richard. **MEDICINA VIBRASIONAL: Uma medicina para o futuro**. 7ª edição. São Paulo: Editora Cultrix, ano 2002. 363p.

