

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** UNIVERSITÁRIOS E A RELAÇÃO DA PESQUISA NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL : RELATO DE EXPERIÊNCIA NA TERAPIA REIKI

**Relatoria:** JAIME JÚNIO FERREIRA JANUÁRIO

Daniely Kunrath

**Autores:** Mariana Santos Freitas

Cássio soares Ribeiro

Elias Marcelino da Rocha

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** O excessivo aumento no número de estudantes em situação de sofrimento emocional nas Universidades Federais levanta o questionamento da eficiência das políticas institucionais na maneira como vem lidando com a saúde mental dos estudantes. A Terapia Reiki deve ser entendida como um caminho em que o terapeuta canaliza energia para alguém a receber, para ativar a energia inata do receptor e facilitar sua autocura. A técnica apresenta diversas vantagens evidenciadas pela literatura, tais como redução da ansiedade, fadiga, estresse e depressão, aumento da imunidade e diminuição do sofrimento mental **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada com universitários na Terapia Reiki. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo de abordagem descritivo, do tipo relato de experiência elaborado com base nas práticas integrativas e promoção de saúde com universitários em uma Universidade no interior de Mato Grosso do ano de 2022, tendo sido aprovado pelo Comitê de Ética do Campus Universitário do Araguaia, com nº 4.526.452 e CAAE: 39835420.6.0000.5587. **RESULTADO:** As atividades aconteceram semanalmente após convites que eram feitos aos universitários durante os horários de mais movimentos dentro do campus. Em horários diversos, houve a necessidade de uma força tarefa para convidar os acadêmicos para participarem. Sanou-se as dúvidas e a partir disso, de acordo com a preferência dos mesmos e com ajuda de tecnologias para agendamentos e organizações, eles agendaram pelo site Zoho Bookings, escolhendo o dia e horário para sua sessão de Terapia Reiki no qual era ofertado por um Enfermeiro Reikiano e auxiliado por acadêmicos do curso de enfermagem. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Observou-se que os universitários começaram a procurar o espaço das atividades para conforto e relaxamento, mesmo quando propuseram-se a não agendar para às sessões de Terapia Reiki, desejando utilizarem um ambiente com música e aromaterapia. Notando-se uma relação de confiança e de fortalecimento de vínculos para o autocuidado e promoção do bem estar psicoemocional.