

## ***Reiki en pacientes oncohematológicos***

*Artículo de Beatriz Maza y Cristina Chao, publicado en Revista Natural, Septiembre 2009.*

En diversas ocasiones se han manifestado los beneficios del Reiki en diferentes ámbitos pero, en esta ocasión, la Asociación Alaia ha ido más allá, ofreciendo sesiones de esta terapia a pacientes ingresados en el Hospital Ramón y Cajal de Madrid. Las demandas no se han hecho esperar y las mejoras en los enfermos tampoco, por lo que el personal sanitario ha llevado a cabo un estudio sobre los beneficios del Reiki para paliar determinadas enfermedades, la Asociación Alaia, cuyos objetivos son el acompañamiento a enfermos graves y el apoyo a personas en duelo, lleva desde el año 1998 ofreciendo sesiones de Reiki a pacientes, tanto con enfermedades físicas como psíquicas, en su sede como una herramienta muy útil para afrontar la enfermedad y la pérdida de un ser querido, a nivel físico y emocional.

Desde el año 2004, los voluntarios de Alaia asisten al Hospital Ramón y Cajal de Madrid, para ayudar a los pacientes ingresados en los servicios de Hematología, Unidad de Trasplante de Médula Ósea, Oncología y Pediatría. Por iniciativa del personal sanitario del Servicio de Hematología se ha llevado a cabo un estudio sobre los beneficios del Reiki en estos enfermos, al comprobar los cambios que se producían en ellos después de recibir esta terapia. Los resultados han demostrado que el Reiki provocaba relajación muscular, sueño, disminución de la ansiedad y mejora del estado de ánimo, observando a la vez cómo influía la terapia en síntomas derivados del ingreso (dolor, ansiedad y/o tensión muscular y alteraciones del patrón de sueño).

El Reiki está considerado por el personal sanitario de estos servicios como una terapia que puede mejorar el bienestar de los pacientes oncohematológicos. Este estudio ha sido presentado en el XII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Enfermería Oncológica del pasado verano, en Santiago de Compostela.

### ***Introducción***

En verano de 2003, por mediación de una enfermera de la Unidad de Trasplante de Médula Ósea (UTMO) del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, vino una maestra de Reiki ofreciéndose para dar esta técnica a los enfermos. Tras buscar bibliografía acerca de la técnica y su aplicación en otros hospitales, y conseguir la autorización del médico responsable del Servicio, se comenzó a aplicar sobre aquellos pacientes que podían resultar más beneficiados y/o que eran más receptivos a la misma. Varios pacientes mandaron cartas de agradecimiento, resaltando la dedicación de esta maestra de Reiki y señalando el beneficio de esta aplicación en el proceso asistencial del paciente.

Poco tiempo después, la Asociación Alaia (Asociación de Ayuda a Enfermos Graves y Personas en Duelo) se puso en contacto con el Servicio mostrando su interés en ir de manera programada y ordenada a administrar Reiki a aquellos pacientes que quisieran. Presentaron su programa al Servicio de Atención al Paciente, enmarcando la aplicación del Reiki dentro del convenio de colaboración con el hospital. Desde el año 2004, voluntarios de esta asociación ofrecen Reiki a los pacientes ingresados en los servicios de Hematología y UTMO; desde 2007 al Servicio de Oncología y desde el verano de 2008 al Servicio de Pediatría. A los pacientes se les oferta dos veces en semana y cada sesión dura en torno a 20 minutos.

Como profesionales de enfermería creemos en la importancia de agotar todas las vías posibles para procurar a los pacientes la mejor calidad de vida, y con los menores efectos nocivos. El Reiki es un buen ejemplo de ayuda a personas con enfermedades oncológicas, que aunque no se consiguieran los efectos deseados, sabemos que no serían perjudiciales ni supondrían un problema añadido para su salud.

Se ha demostrado en diversos estudios la efectividad de las terapias complementarias aplicadas a los cuidados de salud de las personas, mejorando el bienestar de los pacientes y de sus familiares. En los cuidados oncológicos es muy difícil conseguir el bienestar de la persona. A menudo, los pacientes refieren dolor, náuseas y vómitos, ansiedad, dificultad para conciliar el sueño... Estos problemas pueden influir en parámetros como la presión arterial, frecuencia cardíaca, respiración, etc., induciendo al paciente un mayor malestar. Por eso, consideramos que el Reiki es un método para alcanzar este bienestar o, por lo menos, para contribuir a ello.

Subjetivamente, la Enfermería hemos comprobado que los pacientes solicitan esta terapia en una gran mayoría y que les produce efectos positivos; de ahí nuestro interés por desarrollar un proyecto de investigación que demuestre los efectos beneficiosos del uso de la terapia Reiki en pacientes oncohematológicos y el nivel de satisfacción de éstos con la técnica.

Cabe destacar la poca bibliografía disponible acerca de este tema y aunque cada vez hay más estudios que demuestran la eficacia de las terapias complementarias como un cuidado más en la atención de la salud, la gente no confía suficiente en estas nuevas terapias. Resulta importante que se esté investigando e innovando sobre nuevas terapias en el alivio de signos y síntomas derivados de enfermedad oncológicas y así favorecer el bienestar de las personas que, al fin y al cabo, son el eje principal sobre el que gira nuestra profesión.

Como conclusión, decir que el enfoque del paciente oncológico debe ser holístico y cumplir el objetivo de asegurar el máximo bienestar posible. Y para ello, vamos a aprovecharnos de los beneficios del Reiki en el campo del cuidado y la curación.

## **Objetivos**

- Conocer el grado de aceptación de la terapia Reiki por los pacientes oncológicos.
- Describir la percepción de los pacientes oncológicos tratados con Reiki.
- Valorar el nivel de satisfacción de los pacientes ingresados en los servicios de Hematología y UTMO del Hospital Ramón y Cajal de Madrid con la terapia Reiki.

Se llevó a cabo un estudio descriptivo transversal. El ámbito de estudio fueron las Unidades de Hospitalización de Hematología y UTMO del Hospital Ramón y Cajal de Madrid. Y los sujetos objeto de estudio los pacientes oncohematológicos ingresados en las Unidades de Hospitalización mencionadas. Se repartió un cuestionario autodiseñado con 38 preguntas, de las cuales 35 eran cerradas con respuestas múltiples, dicotómicas o Likert, y 3 preguntas abiertas. El cuestionario constaba de tres bloques principales: uno con variables socio-demográficas (edad, sexo), otro con variables culturales (familiarización de los enfermos con las terapias complementarias) y el tercer bloque sobre la terapia Reiki (información recibida, satisfacción con la terapia y el terapeuta, sensaciones percibidas, síntomas aliviados y aplicación en otros hospitales).

La recogida de cuestionarios se realizó durante los nueve meses comprendidos entre mayo de 2008 y enero de 2009. Se les entregaba de forma autoadministrada a todos los pacientes al ingreso en las unidades de estudio solicitándoles su colaboración. A la vez, se les informaba de la terapia con un díptico. Los cuestionarios eran recogidos antes del alta hospitalaria.

Para el tratamiento de los datos se utilizó el programa estadístico SPSS 15.0 con el apoyo de la Unidad de Bioestadística. Las variables cualitativas se han expresado en frecuencia absoluta y relativa y las variables cuantitativas en mediana y recorrido intercuartílico (RI).

## **Resultados**

Ingresaron 175 pacientes en el periodo de tiempo marcado, de los cuales 56 fueron reingresos, por lo que la muestra incluyó a 119 pacientes correspondientes a ingresos nuevos. Al concluir la recogida de datos, los cuestionarios obtenidos fueron 50. El motivo de obtener sólo 50 cuestionarios a pesar de la que la muestra incluyese a 119 pacientes es el mal estado general de éstos, además de los éxitos producidos en las Unidades de Hematología y TMO.

De los 50 cuestionarios recogidos, el 46% correspondió a mujeres y el 53,2% a hombres. La media de edad fue de 59 años (RI 68-43), siendo la edad menor igual a 17 años y 84 la mayor.

El 60% de los pacientes estuvo ingresado entre 1 y 20 días; el 25% entre 21 y 30 días; y el 15% más de 30 días. Recibieron siempre visitas el 65,3% y casi siempre el 24,5%.

El 63,3% creía en la eficacia de las terapias complementarias y el 34% del total de la muestra opinó que estas terapias a veces acompañan a la medicina tradicional incrementando sus efectos. La terapia más conocida fue la Risoterapia con un 46%, aunque todas las terapias mencionadas eran conocidas: Reiki (38%), Aromaterapia (33%), Terapia Termal (34%) y Colorterapia (10%).

A prácticamente la totalidad de los encuestados se les repartió el folleto informativo de la terapia (85,4%) y se les explicó en qué iba a consistir (91,5%). El personal encargado de aplicar la terapia se identificó en el 91,7% de los casos, según los pacientes. El 100% quedó satisfecho con el trato recibido por el terapeuta.

El 8% de los pacientes no aceptó Reiki. La mayor parte de ellos (71,1%) recibieron entre 1 y 5 sesiones durante su ingreso, correspondiendo al 17,8% los que recibieron entre 6 y 10 sesiones; 2,2% entre 11 y 15 sesiones; y 8,9% más de 15 sesiones. Las sensaciones más experimentadas fueron: calor (65,8%), relajación muscular (61,5%), sueño (31,6%), disminución de ansiedad (30%) y mejora del estado de ánimo (30%). El 35,7% afirmó tener dolor, refiriendo alivio casi siempre (23,1%) y siempre (23,1%). Y el 44,7% manifestó ansiedad y/o tensión muscular, experimentando alivio de dicha ansiedad casi siempre (36%) o siempre (24%).

Aseguraron tener problemas para conciliar el sueño el 35,6%. El 42,4% del total tomaba alguna medicación para dormir. Después de recibir Reiki el 48,3% manifestó dormir mejor. Al 70,8% le pareció muy bien ofertar Reiki en el hospital, afirmando el 97,9% que debería ampliarse a otros servicios/hospitales e incorporarlo como complemento al

tratamiento médico (89,1%). Un 93,2% volvería a repetir, quedando satisfechos (46,7%) y muy satisfechos (44,4%).

## ***Discusión***

Los resultados obtenidos demuestran que cada vez más gente conoce las terapias complementarias y son aceptadas en los cuidados de salud de las personas.

Gracias a la utilización de terapias complementarias como el Reiki muchos de los pacientes han paliado alguno de sus síntomas. Apoyando esta hipótesis se encuentran los resultados de una revisión de todos los ensayos controlado aleatorios y cuasialeatorios sobre el Toque Terapéutico. En ella se menciona la efectividad del Toque Terapéutico en el tratamiento de la ansiedad, estado en respuesta a la hospitalización y los procedimientos empleados durante la misma, aunque también se destaca la falta de estudios de investigación sobre este tema.

Otro estudio demuestra la influencia del Reiki sobre la ansiedad medida a través del State Trait Anxiety Inventory (STAI) y los niveles de cortisol e IgA de los pacientes. En nuestro cuestionario, el 44,7% manifestó ansiedad y/o tensión muscular, experimentando alivio de dicha ansiedad siempre y casi siempre después de recibir Reiki. Sin embargo, no se puede objetivar que ese alivio fuese duradero ya que el 50% afirmó que sí lo había sido, mientras que el otro 50% lo negó. El estudio realizado en el Hospital Duran y Reynals de Cataluña coincide con nuestros resultados en cuanto a mejora en el descanso e inducción a la relajación.

El 48,3% manifestó dormir mejor desde que estaba recibiendo Reiki, pero resulta poco fiable ya que el 42,4% del total de la muestra tomaba alguna medicación para dormir.

No se apreciaron cambios significativos en la disminución del dolor ni en la disminución de náuseas y vómitos.

Revisando la bibliografía se encuentran datos referentes a que la aplicación de Reiki disminuía el número de días que los pacientes permanecían ingresados. Aunque en nuestro cuestionario se hace alusión al tiempo de duración del ingreso, no se ha analizado si la aplicación de esta terapia influía en este parámetro, ya que no se han tenido en cuenta los pacientes que no aceptaron Reiki y, por tanto, no se puede hacer una comparación.

La mayoría de los pacientes quedaron satisfechos con la terapia y la volvería a repetir. Resulta importante la inclusión de estas nuevas terapias en la atención sanitaria, ya que según demuestra nuestro estudio, al 70,8% le pareció bien ofertarlo en el hospital. Corroborando esto debemos hacer alusión al uso de Reiki en hospitales de Europa y EE.UU.

## ***Conclusiones***

Tras analizar los resultados obtenidos se puede afirmar que se han cumplido los objetivos propuestos:

- Hemos conocido el grado de aceptación de la terapia Reiki por los pacientes oncológicos, siendo un 82% los que aceptaron Reiki durante su ingreso.

- Las sensaciones más experimentadas por los pacientes tratados con Reiki fueron: calor, relajación muscular, sueño, disminución de ansiedad y mejora del estado de ánimo; observando a la vez cómo influía la terapia en síntomas derivados del ingreso (dolor, ansiedad y/o tensión muscular y alteraciones del patrón de sueño).
- Quedaron satisfechos el 46,7% y muy satisfechos el 44,4%.

Además, subjetivamente, el personal sanitario de las unidades incluidas en el estudio hemos comprobado la eficacia de la terapia Reiki en el alivio de efectos derivados de la enfermedad y los tratamientos tan agresivos utilizados en oncología hematológica, recibiendo comentarios positivos acerca de la terapia y del personal voluntario que la aplica, y solicitándola más a menudo.

*Beatriz Maza y Cristina Chao. Servicio de Hematología, Hospital Universitario Ramón y Cajal de Madrid. Revista Natural, Septiembre 2009.*