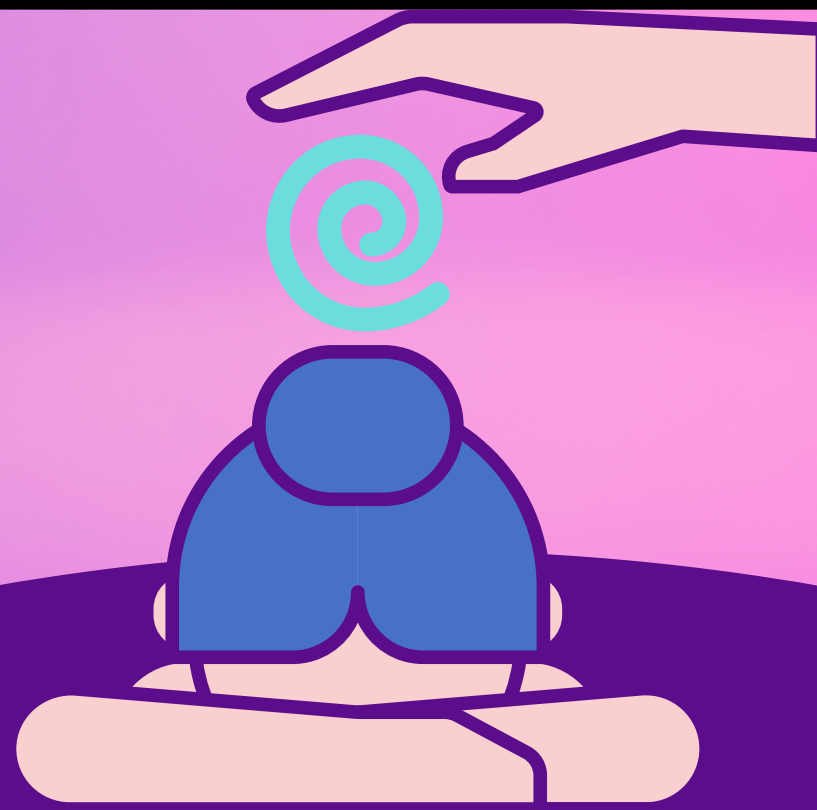




@cuidados.alzheimer

Cuidando do cuidador: Técnica de Reiki



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



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.

Para os cuidadores, principalmente os que convivem com alguma doença crônica, tem-se diversas exigências e necessidades sobre



como cuidar, que levam ao sofrimento do cuidador como a sentimentos depressivos, ansiedade, autonegligência, exaustão etc

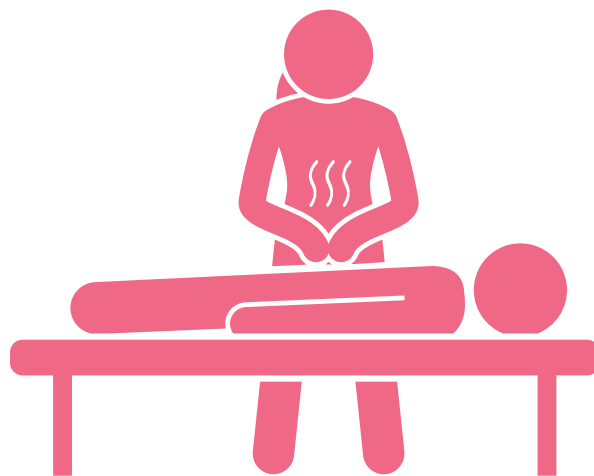


Com isso, cuidar do cuidar é importante para a harmonia do lar e do tratamento de quem é cuidado.



Reiki uma técnica eficaz pois auxilia em casos de :

- 🌀 Estresse;
- 🌀 Ansiedade;
- 🌀 Depressão;
- 🌀 Baixa autoestima;
- 🌀 Síndrome do pânico;
- 🌀 Dor;
- 🌀 Fadiga;
- 🌀 Náuseas;
- 🌀 Insônia.



Quer saber mais sobre o assunto?

Acesse o nosso **blog** e o nosso **site!**

Os link se encontram na bio do nosso instagram e na descrição da publicação.

Lá você vai encontrar o material completo e **muitas outras informações!**



<https://cicacamacho.blogspot.com/>



<http://cuidadosalzheimer.uff.br/>

Gostou da publicação?



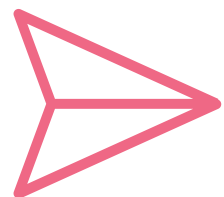
Salve



Curta



Comente



Compartilhe

Autores:



Alessandra Conceição L. F. Camacho
Enfermeira. Prof.^a Associada da Escola
de Enfermagem Aurora de Afonso
Costa



Juliana de Oliveira Nunes da Silva
Acadêmica de Enfermagem do 10º
Período



Paola Paiva Monteiro
Acadêmica de Enfermagem do 8º
Período



Suellen de Almeida Barroso
Acadêmica de Enfermagem do 10º
Período



Victor Hugo Gomes Ferraz
Acadêmico de Enfermagem do 10º
Período

Referencias Bibliográficas:

Chuva de reiki. Quem cuida do cuidador? Quem cura o curador?. Ago 2021. Disponível em:

<<https://chuvadereiki.medium.com/quem-cuida-do-cuidador-quem-cura-o-curador-6e952c9ffeb1>>. Acesso em 27 jul 2023.

MAGALHÃES, J. importância de cuidar dos cuidadores com Reiki. abr 2018. Disponível em:

<<https://www.joaomagalhaes.com/o-tao-do-reiki/2018/04/a-importancia-de-cuidar-dos-cuidadores-com-reiki/>>. Acesso em 27 jul 2023.

MAGALHÃES, J. Reiki em casa por cuidadores informais – um estudo acadêmico. Set 2021. Disponível em:

<<https://www.joaomagalhaes.com/o-tao-do-reiki/2021/09/reiki-em-casa-por-cuidadores-informais-um-estudo-academico/>>. Acesso em 27 jul 2023.

CAPITANI, L. O que é Reiki?. Minha vida, 3 nov 2022. Disponível em:

<<https://www.minhavidacom.br/saude/tratamento/3988-reiki>>. Acesso em 28 jul 2023.