

Tratamiento de Reiki a Distancia para los Profesionales de Enfermería en 19 Hospitales de Suiza y Francia

Ginebra, Abril de 2024, SwissReiki la asociación de practicantes y profesionales de Reiki de Suiza se complace en anunciar la finalización del proyecto de tratamiento a distancia de Reiki para profesionales de enfermería en 19 hospitales de Suiza y Francia.

Antecedentes: El personal de enfermería desempeña un papel vital en nuestra sociedad, prestando cuidados a quienes los necesitan. Sin embargo, a menudo están expuestos a altos niveles de estrés, lo que puede repercutir negativamente en su salud física y mental. Mientras todos damos por hecho que el personal de enfermería nos cuida con dedicación, atención y profesionalidad, pocos se preguntan quién cuida de ellos.

Objetivo: El proyecto tenía como objetivo investigar los efectos del Reiki en las condiciones de estrés crónico y dolor de el personal de enfermería en los hospitales, e identificar y documentar cualquier beneficio tangible."

Método: Durante siete días consecutivos, 16 practicantes de Reiki (emisores) realizaron tratamientos a distancia de 20 minutos de duración a 36 profesionales de enfermería (receptores). La selección y el emparejamiento del emisor y el receptor fueron totalmente aleatorios. Sólo se facilitó a los emisores el nombre de pila, la edad, la ciudad y un breve resumen de las condiciones actuales (emocionales, mentales y médicas). Tanto los emisores como los receptores rellenaron cuestionarios antes y después del tratamiento para documentar sus percepciones y experiencias.

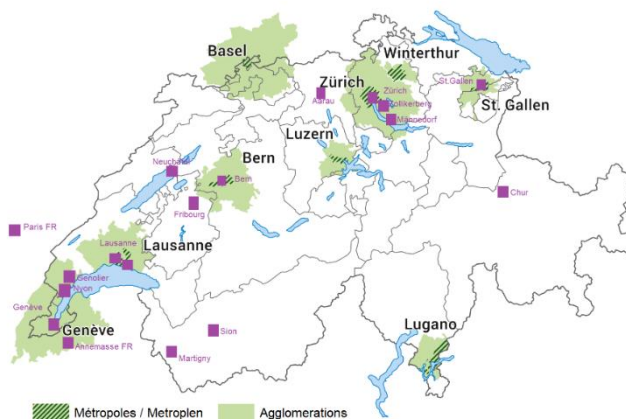
Resultados: Los resultados mostraron que el Reiki fue eficaz para disminuir significativamente el dolor y mejorar significativamente el sueño, los niveles de energía y el bienestar general.

	Antes del tratamiento de Reiki			Después del tratamiento de Reiki		
	mal	neutro	mejor	mal	neutro	mejor
Bienestar	18	16	3	3	6	27
Dormir	23	8	6	2	8	26
Dolor	28	3	5	3	6	28
Energía/ Vigor	24	10	2	7	7	22

Conclusiones: Los resultados del estudio sugieren que el Reiki puede ser una herramienta valiosa para controlar el dolor, mejorar el sueño, aumentar los niveles de energía y aliviar diversos síntomas asociados al estrés para los profesionales de enfermería.

Este proyecto fue una colaboración entre SwissReiki Ginebra, Usui Reiki Association Bern y profesionales de enfermería de 19 hospitales de Suiza y Francia.

Cita: C.Robin, S.Stadelmann et all "Tratamiento de Reiki a distancia para profesionales de enfermería en 19 hospitales de Suiza y Francia" 2024.04, www.reiki.swiss/science/doc/Reiki-Distance-Treatment-2023



Cuidados para el cuidador: Tratamientos de Reiki a distancia 2023.05

En SwissReiki, somos profundamente conscientes de los continuos e incesantes retos a los que están expuestos los profesionales de enfermería.

¿Cómo pueden mantener un equilibrio emocional, mental y físico? Al fin y al cabo, los pacientes se enfrentan valientemente a enfermedades difíciles, se someten a operaciones y esperan recuperarse de lesiones y demás, mientras reciben todos los cuidados, curas y atenciones de las enfermeras y cuidadores, cuya calidad de atención depende directamente de la salud del personal de enfermería, en todos los aspectos.

Tenemos miembros que son ellos mismos profesionales de enfermería y saben de primera mano lo que eso significa.

Nuestra vicepresidenta Christine Robin, comenzó con el primer proyecto de tratamiento de Reiki a distancia desde 2019 a 20 profesionales de enfermería y lo ofreció cada año desde entonces.

En 2023, decidimos ampliarlo y aumentar el número de profesionales de enfermería y practicantes de Reiki y convertirlo en el inicio de una serie de proyectos de investigación.

En este proyecto, con casi el doble de participantes receptores, la Association Usui Reiki Berna participó y apoyó el proyecto con sus practicantes de Reiki.

El estrés en el entorno sanitario es un problema común que puede tener un impacto significativo en la salud física y mental de las enfermeras y otros cuidadores sanitarios. También puede provocar una pérdida de satisfacción en el trabajo, agotamiento y errores en la atención al paciente.

Hay muchos factores que pueden contribuir al estrés en el entorno sanitario, entre ellos:

- Elevada carga de trabajo y pacientes exigentes: los profesionales de enfermería suelen ser responsables de atender a un gran número de pacientes, muchos de los cuales están gravemente enfermos o lesionados. Esto puede provocar sentimientos de agobio y agotamiento.
- Trabajo por turnos y largas jornadas: Muchos profesionales de enfermería trabajan en turnos rotativos y largas jornadas, lo que puede alterar sus patrones de sueño y su vida personal. Esto puede provocar fatiga, irritabilidad y dificultad para concentrarse.
- Falta de recursos: Los profesionales de enfermería suelen sentir que no disponen de los recursos necesarios para prestar una atención de calidad, como personal, suministros o equipos suficientes. Esto puede provocar sentimientos de frustración y ansiedad.
- Entorno de trabajo poco propicio: Un entorno de trabajo negativo o insolidario también puede contribuir al estrés. Puede tratarse de intimidación, acoso o falta de trabajo en equipo.
- Incertidumbre: los profesionales de enfermería pueden sentirse inseguros en su trabajo, por ejemplo cuando se enfrentan a nuevos procedimientos médicos o cambios en las políticas hospitalarias. Esto puede provocar sentimientos de ansiedad y estrés.
- Problemas personales: Los profesionales de enfermería también son humanos y pueden sufrir estrés por problemas personales, como dificultades económicas, problemas familiares o problemas de salud.

Estos son sólo algunos de los problemas relacionados con el estrés más comunes entre los profesionales de enfermería de hospitales y centros asistenciales. Los efectos del estrés en el entorno de la enfermería y los cuidados pueden ser de amplio alcance.

Los profesionales de enfermería estresados son más propensos a sufrir problemas de salud física, como dolores de cabeza, problemas estomacales y trastornos del sueño. También son más propensos a sufrir problemas de salud mental, como ansiedad y depresión. El estrés también puede provocar agotamiento físico, emocional y mental. El agotamiento puede dificultar la prestación de cuidados de calidad y llevar al abandono de la profesión.

Aunque es importante recordar que el estrés es una parte normal de la vida, sin embargo, cuando el estrés se vuelve excesivo y constante, puede tener un impacto negativo en la salud y el bienestar.

Objetivo del estudio

El proyecto pretendía investigar los efectos del Reiki en las condiciones de estrés de los profesionales de enfermería, e identificar y documentar cualquier beneficio y mejora tangibles, aplicando tratamientos de Reiki a distancia.

Método de estudio

Durante 7 días consecutivos, 16 practicantes de Reiki (emisores) realizaron tratamientos a distancia de 20 minutos de duración a 36 profesionales de enfermería (receptores). La selección y el emparejamiento del emisor y el receptor fueron totalmente aleatorios. A los emisores sólo se les facilitó el nombre de pila, la edad, la ciudad y un resumen de las condiciones actuales (emocionales, mentales y médicas). Tanto a los receptores como a los emisores se les entregó un cuestionario específicamente diseñado para documentar sus percepciones y experiencias antes y después del tratamiento.

Comparación con otros estudios similares

El estudio SwissReiki, confirmó los resultados de varias investigaciones similares y estudios científicos durante el Período COVID que se realizaron en el Reino Unido, EE.UU., Turquía y Brasil con los métodos y resultados similares (ver [Estudios de referencia](#)).

Sin embargo, los montajes del estudio diferían significativamente en cuanto a participación y duración.

Uno de los estudios más recientes realizado por [N.Dyer et al "Evaluation of a Remote Reiki Program for Frontline Healthcare Workers in the UK"](#) ([Evaluación de un programa de Reiki a distancia para trabajadores sanitarios de primera línea en el Reino Unido](#)) fue establecido por 8 practicantes de Reiki (emisores) por 1 profesional sanitario (receptor) durante el periodo de 4 días consecutivos con una sesión diaria de tratamiento a distancia de 20 minutos.

En el estudio SwissReiki, un profesional de Reiki (emisor) por cada 2 o 3 profesionales de enfermería (receptores) durante 7 días consecutivos con una sesión de tratamiento a distancia de 20 minutos al día por cada profesional de enfermería (receptor).

La implicación relevante para los practicantes de Reiki y los profesionales de enfermería y los tratamientos en sí, se ha revisado más a fondo, como se describe a continuación.

Resultados

Los resultados mostraron que el Reiki fue eficaz para disminuir significativamente el dolor y mejorar significativamente el sueño, los niveles de energía y el bienestar general, así como para reducir significativamente los síntomas percibidos por los receptores.

Los cuestionarios ([Escala Likert](#)) que se enviaron tanto al emisor como al receptor de Reiki contenían preguntas sobre sus experiencias en una escala del 1 al 5. El 1 era la peor calificación y el 5 la mejor. Donde 1 era la peor y 5 la mejor calificación para una experiencia percibida o un cambio en los síntomas percibidos.

Las barras de error del gráfico reflejan la incertidumbre o el error en las mediciones notificadas y son la desviación estándar.

En la 1ª parte, el objetivo principal, nos centramos en el cambio general en la experiencia de a) bienestar, b) dolor, c) sueño y d) nivel de energía/vigor.

Los valores P^1 se calculan utilizando la "prueba de suma de rangos de Wilcoxon". Los resultados para los 4 resultados fueron $p < 0,001$, lo que significa que hay un 99,9% de certeza de que los resultados evidenciados a continuación son consecuencia de los tratamientos de Reiki.

¹ El valor p es una medida de significación estadística que indica la probabilidad de que los datos se hayan producido según la hipótesis nula. La hipótesis nula es la suposición de que no hay ningún efecto o diferencia entre los grupos o variables que está probando. El valor p se calcula mediante una prueba estadística adecuada. Cuanto menor sea el valor p , más pruebas tendrá para rechazar la hipótesis nula y concluir que existe un efecto o diferencia.

Un valor p inferior o igual a un nivel de significación predeterminado (a menudo 0,05 o 0,01) indica un resultado estadísticamente significativo, lo que significa que los datos observados proporcionan pruebas sólidas contra la hipótesis nula (lo que significa que es menos probable que los resultados de los tratamientos de Reiki sean aleatorios o coincidencia). Indica una fuerte evidencia contra la hipótesis nula, en nuestro caso el valor p fue $p < 0,001$, lo que significa que hay menos de un 0,1% de probabilidad de que la hipótesis nula sea correcta (y los resultados sean aleatorios). Esto sugiere que los resultados antes y después del tratamiento de Reiki son probablemente una relación real, en lugar de una casualidad o coincidencia.

Objetivo principal

Al analizar las puntuaciones medias del cuestionario de antes y después del tratamiento, se observó que había una diferencia estadísticamente significativa entre antes y después del tratamiento de Reiki en todo el grupo de receptores.

Recepción de las respuestas de los participantes

Los 36 participantes respondieron a los cuestionarios antes y después del tratamiento. Las respuestas posteriores al tratamiento mostraron un cambio significativo a mejor.

Prueba T de muestras emparejadas					
Paired Samples T-Test					
Medida 1		Medida 2	W	z	p
BIENESTAR-1	-	BIENESTAR-2	6.5	-4.648	< .001
DOLOR-1	-	DOLOR-2	9	-4.768	< .001
DORMIR-1	-	DORMIR-2	54.5	-4.154	< .001
ENERGÍA-1	-	ENERGÍA-2	19.5	-4.179	< .001

Nota. Prueba de rangos con signo de Wilcoxon.

Comprobación de suposiciones					
Prueba de normalidad (Shapiro-Wilk)					
			W	p	
BIENESTAR-1	-	BIENESTAR-2	0.907	0.005	
DOLOR-1	-	DOLOR-2	0.913	0.008	
DORMIR-1	-	DORMIR-2	0.904	0.004	
ENERGÍA-1	-	ENERGÍA-2	0.905	0.005	

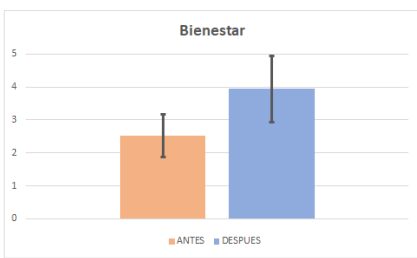
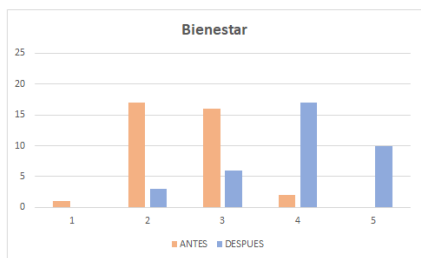
Nota. Los resultados significativos sugieren una desviación de la normalidad.

Descriptivos						
Descriptivos						
		N	Media	SD	SE	Coefficiente de variación
BIENESTAR-1		36	2.528	0.654	0.109	0.259
BIENESTAR-2		36	3.944	0.893	0.149	0.226
DOLOR-1		36	2.194	0.856	0.143	0.39
DOLOR-2		36	4.056	0.955	0.159	0.235
DORMIR-1		36	2.444	0.998	0.166	0.408
DORMIR-2		36	4.056	0.924	0.154	0.228
ENERGÍA-1		36	2.278	0.741	0.124	0.325
ENERGÍA-2		36	3.694	1.238	0.206	0.335

Rating	BIENESTAR		DOLOR		DORMIR		ENERGÍA		
	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES	ANTES	DESPUES	
Peor	1	1	0	5	1	5	0	4	2
	2	17	3	23	1	17	2	20	5
	3	16	6	5	6	8	8	10	7
	4	2	17	2	15	5	12	2	10
Mejor	5	0	10	1	13	1	14	0	12
		36	36	36	36	36	36	36	36

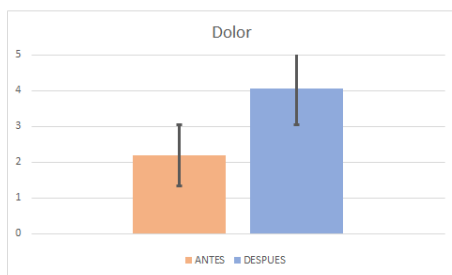
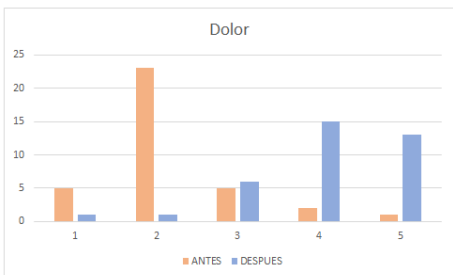
A. Bienestar general

En el cuestionario se preguntaba por el BIENESTAR general en relación con el estado físico y emocional del receptor antes y después de los tratamientos.



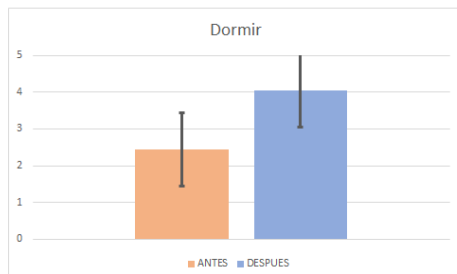
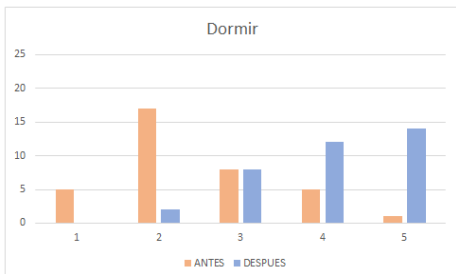
B. Dolor

El cuestionario preguntaba sobre las experiencias físicas de DOLOR del receptor antes y después de los tratamientos.



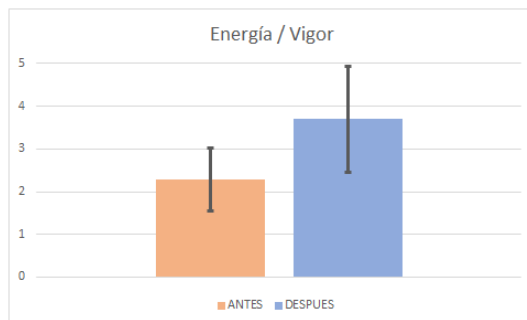
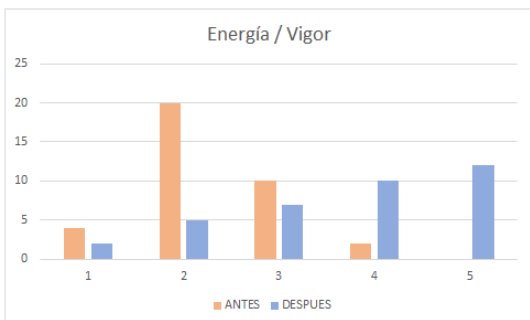
C. Dormir

En el cuestionario se preguntaba por las experiencias de sueño o insomnio del receptor antes y después de los tratamientos.



D. Energía / Vigor

El cuestionario preguntaba sobre las experiencias del receptor con la energía ENERGÍA (sensación de más vigor, energía) antes y después de los tratamientos.

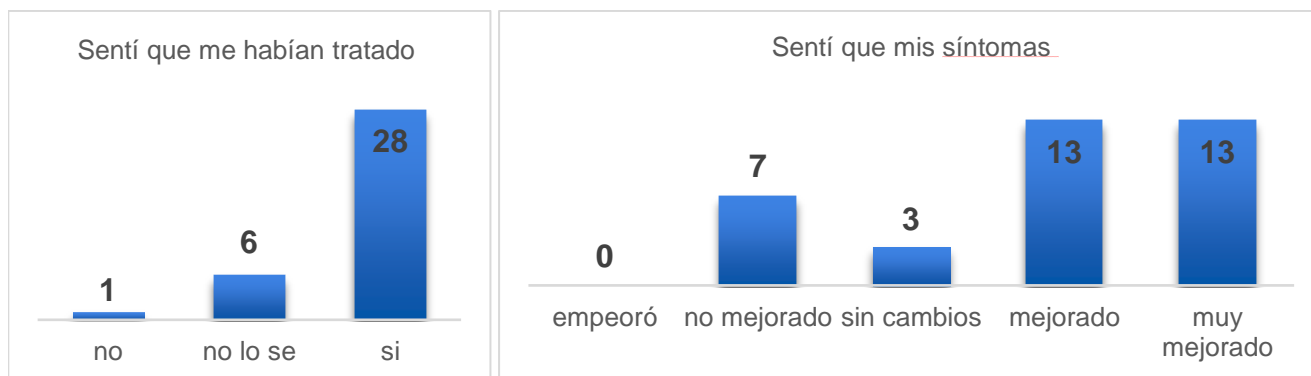


Resultados Objetivos Secundarios

En la 2ª parte, nos fijamos en percepciones menos tangibles y subjetivas, pero relevantes para la experiencia Reiki, a saber, si e) el receptor percibía ser tratado y f) cómo percibía el receptor los cambios generales en sus síntomas.

Debido a la complejidad de los síntomas experimentados y a las expectativas de los receptores, las preguntas se formularon al final de los tratamientos. De ahí que no se dispusiera de datos del antes y el después.

De los receptores, el 78% (28) confirmaron que sentían recibir un tratamiento, y el 72% (26) afirmaron que sus síntomas habían mejorado o habían mejorado significativamente ("sin cambios" se refiere a no percibir ningún cambio, mientras que "no mejorado" se refiere a la expectativa de mejoras).



Conclusión

Los resultados del estudio realizado por SwissReiki demuestran que el Reiki puede ser una herramienta valiosa para controlar el dolor, mejorar el sueño, aumentar los niveles de energía y aliviar diversos síntomas asociados al estrés de los profesionales de enfermería.

En futuros estudios consideraremos un mayor tamaño de la muestra, junto con un grupo de control. La aplicación de Reiki simulado es un tema controvertido desde el punto de vista ético y moral, por lo que se excluye por el momento (hay cuestiones éticas/morales en la realización de tratamientos simulados y el impacto en la confianza del receptor. Estas cuestiones deben abordarse, posiblemente con al menos tratamientos de seguimiento de Reiki real, con el efecto de medir y reconsiderar como parte de los estudios).

También hubo efectos positivos significativos en los propios emisores de Reiki, que deben investigarse y documentarse más a fondo.

El proyecto de investigación ha abierto muchas preguntas nuevas. Por ejemplo, ¿hasta qué punto están abiertos los receptores a las experiencias de Reiki? ¿Influye esta receptividad en los resultados? ¿Cómo influyen en los resultados los distintos niveles del estado de salud del receptor antes del inicio del proyecto? ¿Cuáles son las expectativas de los receptores durante y después de la prueba del proyecto, y cómo interactúan con los emisores?

Esperamos que te unas a nosotros en nuestra misión de llevar el Reiki a un público más amplio y aumentar su reputación. Juntos, podemos marcar la diferencia en la vida de muchos.

Investigación futura

Swiss Reiki tiene previsto ampliar el tamaño de las muestras de los próximos proyectos e incluir un grupo de control para confirmar este estudio y otros anteriores. Los estudios futuros también explorarán los efectos a largo plazo del Reiki en enfermeras y profesionales de enfermería, junto con los efectos en los emisores de Reiki. El cuestionario se ampliará más allá del mero refinamiento físico para incluir el mental y el emocional.

Gratitud y reconocimiento

Agradecemos a los profesionales de enfermería y practicantes de Reiki su participación y colaboración.

Creemos que este proyecto ha contribuido significativamente a demostrar los efectos del Reiki sobre el dolor y los síntomas relacionados con el estrés, y esperamos que los resultados del proyecto ayuden a que el Reiki esté más ampliamente disponible para los profesionales de enfermería que sufren dolor crónico y problemas de salud.

Nos gustaría dar las gracias a los siguientes Practicantes de Reiki, por orden alfabético del apellido:

Roland Arnold, Tania Balahoczik, Gérald Billod-Morel, Ursulai Frauchiger, Jorge Guarda, Anna Hofer, Bettina Hüsser, Natalia Kovalenko-Villa, Aurélie Lara, Elena Michel, Christine Robin, Markus Roth, Dominique Sauvain-Petoletti, Stephan Stadelmann, Stephany Terribilini-Ricci y Bernadette Wütrich.

Y un agradecimiento especial a los organizadores y coordinadores, Christine Robin, Stephan Stadelmann y Bernadette Wütrich, y por los análisis estadísticos a Francis Vendrell.

Contacto: Para más detalles o información, póngase en contacto con SwissReiki en: research@Reiki.swiss

Conflicto de intereses: Ninguno

Financiación: El proyecto se basó enteramente en la participación voluntaria

Estudios de referencia

*RRID se refiere a Reiki Research ID en la Reiki Research & Science Database en <https://www.Reiki.swiss/science>

RRID: 202141

Scopel Abreu; Kovalski; Maeda; Pagno; Takahashi; "Reiki: Terapia alternativa auxiliar em período de pandemia", XI Seminário de Extensão e Inovação da UTFPR (SEI); 08-12.11.2021 ; <https://eventos.utfpr.edu.br/sei/sei2021>

RRID: 202146

Fatma Abdurahman, Nicola Payne; Reiki practitioners' perceptions of the impact of the COVID-19 pandemic on the experience, practice and future of Reiki; Complementary Therapies in Clinical Practice, Volume 46, 2022, 101530, ISSN 1744-3881, <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2021.101530>;
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1744388121002292>

RRID: 202201

DiBenedetto J. (2022). Experiencias con la Exposición a una Intervención de Reiki a Distancia durante la Pandemia de COVID-19. Tan Chingfen Graduate School of Nursing Dissertations. <https://doi.org/10.13028/ney2-qa97>.
https://escholarship.umassmed.edu/gsn_diss/69

RRID: 202242

Bektaş Akpınar, Nilay; Özcan Yüce, Ulviye; Yurtsever, Sabire; "The Effect of Distant Reiki on the Stress and Fatigue Levels of Nurses Working in COVID-19 Clinics", Holistic Nursing Practice: 07 de abril de 2022
https://journals.lww.com/hnpjjournal/Abstract/9900/The_Effect_of_Distant_Reiki_on_the_Stress_and_Fatigue_of_Nurses_Working_in_COVID-19_Clinics.5.aspx

RR: 202241

N.Dyer; A.Baldwin; R.Pharo; F.Gray; Evaluation of a Remote Reiki Program for Frontline Healthcare Workers in the UK ;Global Advances in Health and Medicine ; 11:6-7, 2023.
<https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/27536130231187368>