

# REIKI, TERAPIA INTEGRAL

Autora: Ángela María Díaz García  
ENFERMERA Colegiada nº 3773.

Murcia, 7 de abril de 2014.

<u>Índice</u>	<u>Página</u>
Introducción-----	3
Antecedentes enfermeros en modelos integrales-----	3
Objetivos-----	4
Método-----	4
Estimulación físico-energética ó autotratamiento-----	5
Estimulación de las fontanelas -----	5
Estimulación de los ojos y la garganta-----	6
Estimulación del plexo solar y -----	7
Estimulación paquetes femorales vasculares-----	8
Posiciones en decúbito supino-----	8
Posiciones en decúbito prono-----	9
Diseño de tratamiento integral energético.-----	10
Reiki en las intervenciones enfermera-----	11
Conclusión-----	14
Bibliografía-----	15

## INTRODUCCIÓN:

Reiki es una técnica japonesa, que se introdujo en España hacia los años 80.

Toda innovación y más en el campo de las ciencias de salud, sociales y humanísticas suponen un desafío a lo actual, y de que no suceda se encargan los organismos acreditativos de las diferentes comunidades sanitarias y educativas a pesar que la sociedad lo demanda y cada día hay más profesionales utilizando dicha técnica.

Creo que este nuevo enfoque puede humildemente contribuir a la demostración que Reiki funciona por la activación físico, energética, que se produce en el cuerpo del receptor al ser aplicadas las manos en dicho cuerpo y no solo es cuestión energética, pues también la podemos administrar a los líquidos que ingerimos o administramos, por consiguiente REIKI es una técnica ó terapia INT EGRAL, de bajo coste, probada efectividad, sin reacciones adversas más allá de las crisis curativas.

## ANTECEDENTES ENFERMEROS ó /y MÉDICOS EN MODELOS INTEGRALES:

En 1980 la OMS habla del cuidado activo e integral del paciente.

Los enfermeros estamos apoyando tanto al paciente en todos los momentos de la vida y a la comunidad que pertenece, bien sea su familia, ó el centro de acogida, etc.

Disponemos de mecanismos para controlar el dolor de forma multifactorial e holística ó integral

- Cicely Saunders (1918-2005) nacionalidad inglesa →, control del dolor de forma consciente y serena al establecer el dolor total que incluye el dolor: físico, espiritual, emocional y social, como ser global ó integro que somos.

- Elisabeth Kübler-Ross (1926-2004) enfermera y medico psiquiatra suiza que se traslado a Estados Unidos→ estableció la importancia de la psicología de los pacientes y definió las etapas ante la adversidad. O fases de adaptación (shock, negación, enfado, negociación, depresión y aceptación) Estableció que el ser humano debe tratarse en sus facetas integrales de "total y completo" atendiendo a las áreas de físico, emocional, intelectual y espiritual.

-Dr. George Goodheart, 1964

-Dr. John F. Thie, DC, Malibu, California, 1995

Ambos pioneros del "Touch for Health", que tras testar los desequilibrios nutricionales, emocionales y estructurales ó musculares corrigiendo los puntos adecuados y testando de nuevo restablecen la salud de forma integral denominada Kinesiología ó toque para la Salud, Que imparten en España "Vida-Kinesiología" © Paquita Simeón y Juan Carlos Monge. Enero 1996.

-Dr. Alejandro Lorente, especialista en medicina natural y periodista, Reiki, auriculoterapia.

### OBJETIVOS:

1- Informar de las activaciones físico-energéticas de los puntos neurovasculares y neurolinfáticos de la medicina tradicional china al aplicar las manos en los diversos lugares del cuerpo al realizar un tratamiento de REIKI.

2- Demostrar que REIKI es una terapia Integral, pues abarca los planos físico, mental, nutricional, espiritual, emocional, energético, del ser humano y su entorno familiar, laboral, social.

### MÉTODO:

1- Revisión bibliográfica de la literatura existente que pone de manifiesto las bondades de las intervenciones con Reiki. y de los libros de Kinesiología de la escuela de "Vida-Kine" y "la vuelta al cuerpo en 40 puntos" de Alejandro Lorente. ©2011. Editorial Edad, S.L.

2- Autopercepción y sentir que REIKI encasillado, en solo tratamiento energético, pero al igual que aire que respiramos, no solo es inmaterial sino que llena y da alimento a todas las células del cuerpo, así ocurre con REIKI que no lo vemos pero da alimento a todas las células del cuerpo e incluso va más allá cubriendo las necesidades del entorno familiar, social, laboral de las personas e interactuando con ellas.

## ACTIVACION FÍSICO-ENERGÉTICA DE MERIDIANOS y MÚSCULOS ó AUTOTRATAMIENTO:

La energía Reiki sigue actuando aunque nos quedemos dormidos en una posición, ya hemos dicho es ilimitada e inteligente.

- A) Ambas manos en la coronilla.
- B) Ambas manos en los ojos.
- C) Ambas manos en la garganta.
- D) Ambas manos arriba abajo del ombligo.
- E) Cada mano sobre una ingle.

Los pacientes aunque no estén iniciados se benefician de la Energía Reiki si les indicamos que estén con sus manos en esas posiciones y que piensen en la Energía del Amor.

### **A) Estimulación manual y energética de las fontanelas;**

Activamos los puntos neurovasculares del músculo supraespinoso, deltoides anterior, serrato anterior y subescapular, durante un tiempo subjetivo, evitando interrupciones.

- 1.- Músculo supraespinoso → meridiano vasoconcepción.
- 2.- Músculo deltoides anterior → meridiano de la vesícula biliar.
- 3.- Músculo serrato anterior → meridiano del pulmón.
- 4.- Músculo subescapular → meridiano del corazón

1.- Ayuda separar el brazo del cuerpo, innervado por nervio supraescapular; C-5 y C-6. → Regulador y almacén de la energía yin del organismo. (Desde el perine al borde interno labio inferior).

Domina toda la función anterior y nuestra reserva de energía.

2.- Nos ayuda a levantar el brazo hacia adelante, innervado por nervio circunflejo; C-5 y C-6 → Almacenar y segregar bilis. La B.V. Es Yang con respecto el hígado que es Yin. (Lado externo de la orbita ocular-ap.mastoides-punto medio ceja, y desciende por delante axila haciendo z-zas, y lateral externo pierna, hasta la base de la uña el 4 dedo)

3.- Se encarga de fijar el omóplato con el trapecio, innervado por rama propia del Plexo braquial. C-5, C-6, C-7, ---> Regula la circulación sanguínea y expulsión de líquidos; controla la piel, el vello y la **energía vital**.

Es meridiano yin con respecto al intestino grueso. (Desde delante axila al borde externo raíz, de la uña dedo gordo)

4.- Nos permite girar el brazo→es el meridiano yin del corazón y se comunican con el Yang del intestino delgado, se refleja en la lengua, desde la axila desciende lado interno del 5 dedo.

### **B) Estimulación manual y energética de los ojos.**

Activamos los puntos neurovasculares de la Glabella, las eminencias frontales, durante un tiempo siempre subjetivo de 3-5 minutos.

Músculo pectoral mayor clavicular, supraescapular y peroneos.

1.- Músculo pectoral mayor clavicular -→ Meridiano del estomago.

2.- Músculo supraespinoso → Meridiano vaso concepción.

3.- Músculos peroneos -→ Meridiano de la vejiga.

1.-Se contrae al llevar un brazo levantado con la palma hacia fuera al hombro contrario, innervado por plexo braquial C-5, C-6, C-7 y D-1.→

2.-.- Ayuda separar el brazo del cuerpo, innervado por nervio supraescapular; C-5 y C-6. →Regulador y almacén de la energía yin del organismo. (Desde el perine al borde interno labio inferior).

Domina toda la función anterior y nuestra reserva de energía.

3.- Interviene: levantar el borde externo del pie y bajar el interno, innervado por el nervio músculo cutáneo L-4, L-5 y S-1-→su acción es acumular de forma temporal la orina, bajo la energía del Riñón,( el meridiano se inicia en el borde interno del ojo (V-1), asciende hacia la cabeza, descendiendo bifurcado y paralelo, juntándose en el pliegue del glúteo, pasando por la parte posterior de la rodilla, retromaleolar externo y hasta el 5º dedo del pie (V-67).) Es un órgano Yang, en relación con el riñón.

### **C) Estimulación manual y energética de la garganta:**

Activamos los puntos neurolinfáticos de los músculos redondo mayor y menor, subescapular, deltoides anterior y serrato anterior.

1.- Músculo redondo mayor→ Meridiano vaso gobernador.

2.- Músculo subescapular -→ Meridiano del corazón.

3.- Músculo redondo menor -→ Meridiano triple calentador.

4.- Músculo deltoides anterior → Meridiano de la vesícula biliar.

5.- Músculo serrato anterior → Meridiano pulmón.

1.- Se contrae cuando llevamos el brazo hacia atrás con la palma hacia fuera.  
--> Regula la energía yang del organismo.

2.- Nos permite girar el brazo → es el meridiano yin del corazón y se comunican con el Yang del intestino delgado, se refleja en la lengua, desde la axila desciende lado interno del 5 dedo.

3.- Interviene en la contracción de la mano → es un órgano Yang, relacionado con el maestro del corazón (que no es el órgano en sí).

Trasporte de la sangre y energía para nutrir, todo el cuerpo; medio se encarga de la digestión y absorción; e inferior que regula el metabolismo del agua, almacenamiento y excreción de la orina.

4.- Nos ayuda a levantar el brazo hacia adelante, innervado por nervio circunflejo; C-5 y C-6 → Almacenar y segregar bilis.

La B.V. Es Yang con respecto al hígado que es Yin. (Lado externo de la orbita ocular-ap.mastoides-punto medio ceja, y desciende por delante axila haciendo z-zas, y lateral externo pierna, hasta la base de la uña el 4 dedo)

5.- Encargado de fijar el omóplato, con el trapecio, para poder utilizar el brazo → es Yin, con relación al in.grueso (yang) controlar la energía vital, regula la circulación y expulsión de líquidos

#### **D) Estimulación manual y energética del ombligo ó plexo solar.**

1.- Músculos peroneos → Meridiano de la vejiga.

2.- Músculo psoas. --- Meridiano del riñón.

1.- Movimiento global de levantar el borde externo del pie y bajar el interno → la vejiga órgano yang en relación al riñón (yin), acumular la orina de forma temporal bajo la acción energética del riñón.

2.- Levanta la pierna girando la hacia fuera, interviniendo en la marcha → almacenar la esencia vital (Jing) que se transforma en medula ósea y espinal (asciende y forma el cerebro), además de controlar y separar los líquidos. El riñón se refleja en el oído (audición)

## E) Estimulación manual y energética de los paquetes vasculares femorales.

- 1.- Músculos peroneos→ Meridianos de la vejiga.
- 2.- Músculo glúteo medio→ Meridiano maestro del corazón (pericardio).

3.-Se activa al elevar la pierna lateral hacia el lado→ su función es proteger al corazón, pero no constituye un órgano aislado, sino que es parte de este y tiene la misma función. Es un órgano Yin, su relación externa-interna es con el triple calentador. Es un órgano Yin y su relación externa-interna con el triple calentador yang

## POSICIONES EN DECUBITO SUPINO:

Comenzamos en la cabeza:

Las manos sobre los ojos: equilibra el centro del hipotálamo, estimula el septo chacra,

Indicado en problemas oculares, sinusitis, alergias, asma.

Las manos en el occipital: equilibra los hemisferios, (Derecho= intuición, sabiduría) y (Izquierdo= más razonio).

Las manos sobre las orejas: equilibra los miedos, dolores de cabeza, hemorragias nasales, derrame cerebral.

Las manos en parte posterior de la cabeza: dolores de cabeza, los ojos, Cólicos de vientre, gases, problemas intestinales, esclerosis múltiple, estrés y emociones fuertes.

Las manos en la clavícula y esternon: regula la temperatura corporal, el metabolismo, la obesidad, el tiroides, anorexia, arritmias, gripe, hipertensión, hipotensión, frustraciones, cóleras, problemas de comunicación.

Las manos costado derecho: hígado, desintoxicación, hepatitis, quejas crónicas reprimidas.

Las manos costado izquierdo: por él pasa el meridiano del estomago



Las manos sobre estomago y vientre: trabajamos directamente sobre el estomago, los intestinos, (ovarios, útero, en la mujer)

Las manos en las ingles:, todos los meridianos que tienen su origen o inserción en los pies; bazo, hígado, estomago, vesícula biliar y vejiga.

Las manos sobre el esternón: estimulamos los puntos neurolinfáticos del meridiano del pulmón

Las manos sobre las rodillas: al igual que las ingles y el músculo cuadriles, además de la rotula y la rodilla en sí misma.

Las manos empeine: se trabaja la ingle en la parte alta y los intestinos

Las manos puntas dedos y talón: muy importante pues se estimulan las inserciones u origen de los meridianos de bazo, estomago, vesícula biliar y vejiga

#### POSICIONES EN DECUBITO PRONO:

En decúbito prono también vamos cubriendo manual y energéticamente toda la espalda, haciendo un énfasis en los riñones, huecos poplíteos y talones.

Normalmente el paciente entra en estado de meditación previo a la fase de sueño, e incluso se puede dormir, es un sueño reparador, pues están actuando energías muy sutiles, que se escapan del entendimiento humano. los tratamientos están siendo aceptados por la población en general y muy especialmente por los profesionales sanitarios de todo el mundo.

La terapia Reiki, es un método integral, pues mira al paciente en sus dimensiones física, mental y espiritual, sin mermar la permanencia del terapeuta ó enfermero con el paciente, estimulando los centros energéticos, los puntos neurolinfáticos.

Al aumentar las endorfinas, crea adicción pues el paciente siente mejoría, paz, alegría y recupera las ganas de vivir y de **vivir más en plenitud.**

En Reiki, tenemos en cuenta la composición hídrica del ser humano y los estudios científicos del DR. Masuro Emotto. "los mensajes del agua", y las afirmaciones o programación neurolingüística

Las manos omoplato derecho:

Puntos neurolinfáticos del meridiano del pulmón, del vaso gobernador.

Las manos omoplato izquierdo:

Puntos neurolinfáticos del meridiano del pulmón, del hígado, del vaso gobernador.

Las manos costado derecho:

Puntos neurolinfáticos del meridiano triple recalentador.

Las manos costado izquierdo:

Estimulamos el bazo y el páncreas

Región lumbar derecha:

Puntos neurolinfáticos del maestro del corazón, el músculo psoas, el hígado.

Región lumbar izquierda:

Puntos neurolinfáticos del maestro del corazón, el músculo psoas.

Las manos sobre cóccix:

Puntos neurolinfáticos del meridiano maestro del corazón.

## - DISEÑO DE TRATAMIENTO INTEGRAL ENERGÉTICO

1.- **La escucha activa y empática** por parte del personal de enfermería ó terapeuta y deber brillar la comprensión sin juicios ni valores, y respetar los silencios como forma de escucha.

(Hay que dedicarle tiempo, al hacer la entrevista para que la persona se abra al terapeuta). (Que le preocupa, o que le duele, algún asunto pendiente de resolver y sobre todo general confianza)  
Además es necesario empalmar y sobretodo sacarle al paciente una sonrisa, si para ello tenemos que tener , repertorio de chistes, es adecuado, pues la RISOTERAPIA ha demostrado sus beneficios y debemos incluirla en los tratamientos al igual que la ARTETERAPIA

2.- **Observación minuciosa** por parte del enfermero o terapeuta de gestos,

miradas, del énfasis de las respuestas, postura corporal.

3.- **Registrar:** los sentimientos, comentarios, datos clínicos, y diagnósticos médicos alopáticos, homeopáticos, naturistas, o de cualquier profesional que el paciente proporcione, hábitos alimenticios, descanso, mantenimiento físico ó deporte.

4.- **Establecer la valoración de las necesidades los pacientes:** físicas, psíquicas ó mentales, espirituales, familiares, laborales y sociales.

Oxigenación, nutrición, eliminación, movilidad, homeostasis, autocuidado e higiene, reposo y sueño, seguridad, comunicación, realización personal, necesidad de aprendizaje energético y de hábitos saludables.

5.- **Establecer los diagnósticos de enfermería NANDA, intervenciones de enfermería (NIC), resultados de enfermería. (NOC):-**

Reiki en las intervenciones de enfermería:

4420→ acuerdo con el paciente (para reforzar un cambio de conducta específica).

1320→ acupresión (aplicaron de presión fija y sostenida en puntos determinados del cuerpo, para disminuir el dolor, producir relajación).

6520→ análisis de la situación sanitaria.

1380→ aplicación de frío ó calor.

5270→ apoyo emocional (proporciona seguridad, aceptación y animo en momentos de tensión).

5250→ apoyo en toma de decisiones (proporciona información y apoyo en un paciente que debe tomar una decisión sobre cuidados sanitarios)

5420→ apoyo espiritual (ayuda al paciente a conseguir el equilibrio a través de sus creencias)

5230→ aumentar el afrontamiento (ayuda al paciente a enfrentarse a factores estresantes, cambios, ó amenazas susceptibles que interfieren en el cumplimiento de la oxigenación exigencias y papeles de la vida diaria.

5240→ asesoramiento → utilizar un proceso ó ayuda interactiva

4470→ ayuda en la modificación de sí mismo. (reafirmación del cambio autodirigido, puesto en marcha por el paciente, para conseguir metas personales importantes)

5840→ entrenamiento autogenico (asistencia con la autogestión-----

5280→ facilitar el perdón.

4480→facilitar la autoresponsabilidad.  
5060→ facilitar la meditación.  
1850→fomentar el sueño.  
0180→ manejo de energía. (regulación del uso de la energía para tratar ó evitar la fatiga y mejorar las funciones)  
1400→ manejo del dolor. (alivio del dolor ó disminución a un nivel de tolerancia, que sea aceptable para el paciente.  
1480→ masaje simple  
5020→ mediación de conflictos.  
4360→ modificación de la conducta. (Promoción de un cambio de conducta)  
4362→ modificación de la conducta: habilidades sociales. (Ayuda al paciente para que desarrolle o mejore las habilidades sociales interpersonales)  
5390→ potenciación de la conciencia de sí mismo. (Ayuda al paciente a que explore y comprenda sus pensamientos, sentimientos, situaciones y conductas)  
5340→presencia (permanecer con otra persona, durante los momentos de necesidad, tanto física, como psicológica.)  
2260→ sedación consciente (Administración de sedantes, control de la respuesta del paciente y disposición de apoyo psicológico necesario durante el procedimiento diagnóstico ó terapéutico)  
5880→técnicas de relajación. (Disminución de las necesidades del paciente que experimenta distres agudo)  
5450→terapia de grupo (Aplicación de técnicas psicoterapéuticas a un grupo, incluyendo las interacciones entre los miembros del grupo)  
6040→terapia de reminiscencia. (Utilización del recuerdo de sucesos, sentimientos y pensamientos pasados para facilitar el placer, la calidad de vida y la adaptación a las circunstancias actuales.)  
5310→ Dar esperanza  
4400→terapia musical.  
4920→escucha activa.  
5360→terapia de entretenimiento, para fomentar la relajación y potenciar las capacidades sociales.  
5400→potenciación de la autoestima  
5820→disminución de la ansiedad

## **6.-Plan de cuidados, consejos ó tratamiento integral energético:**

Ingesta de líquidos 2´ 5 l. (agua, infusiones, zumos) energetizados (reiki; médicos del cielo, mensajes positivos). Beber a sorbos. 1 vaso en ayunas, al acostarse, y diez minutos antes de las comidas principales.

Hábitos saludables: - dormir 8h. Habitación ordenada y ventilada

- Las plantas por la noche exterior.
  - No picar entre comidas.
  - Evitar productos tóxicos (café, alcohol, tabaco, etc.)
- Pasear al aire libre cada día, por lugares alejados de la polución ambiental de las ciudades, en su defecto, buscar zonas ajardinadas.

Ejercicio físico adecuado a la edad, diario (sin abandonar) Yoga, taichi, pilates, bicicleta, natación. Etc. Mejor al aire libre.

Fricciones de agua fría-→aumenta las defensas.

Respiración, Inhalar por la nariz, exhalar por la boca.

Tipos de respiración: superficial, profunda Torácica, abdominal, chacras, en tiempos de: inhalación, mantener, exhalación.

Meditación. Es necesario tener unos minutos 15-30 al día para estar con nosotros mismos, sin hacer nada, observando incluso con los ojos cerrados, ahí muchas formas de meditación, cada persona debe buscar la mas adecuada para su evolución, pero se hace necesario, esos minutos de meditación para escucharnos a nosotros mismos, a nuestra esencia divina.

Oración. Debe ser personal y respetar la ideología religiosa. En general es necesario, esa comunicación con la Fuente de la Vida ó Dios, no olvidemos que el ser humano tiene cuatro cuadrantes de salud y uno de ellos es el espiritual.

Auto-Tratamiento de reiki, ---→ tratamiento completo.

Dieta natural (Evitar productos muy manipulados, carnes rojas, azucares refinados)

Masaje metamórfico. En este tipo de masaje no se utilizan cremas, y tocamos los pies a lo largo del borde interno unos minutos en cada posición y luego se hace un masaje etérico, sin tocar los pies del paciente, son muy beneficiosos.

Masaje reflexológico. Activamos los órganos reflejados en los pies, las manos, la nariz, las orejas. Recordemos que todo esta en el todo.

Respiración consciente conectada. La respiración es la base de la vida y el último acto de ella. Se dice que los huesos tienen fijos del cráneo tienen un movimiento que responde a la respiración primaria

Sanación arquetípica,--→ Tratamiento completo e integral de forma holística..

Constelaciones familiares.--→ Tratamiento energético grupal.

Si precisa y testando bien con kinesiología o con péndulo, ó de forma intuitiva:

- esencias florales.
- sales de schüssler.
- homeopatía.

Recordar que podemos poner reiki en los alimentos, líquidos (bebidos ó inyectados), cremas, habitaciones, en trayectos, a las situaciones, etc.

## 7.- Evaluar resultados y hacer registro,

Todos los cuidados que ofrecemos con reiki deben estar basados en la calidad, eficacia y eficiencia atendiendo la tanto la atención especializada y la comunitaria y familiar independiente de la edad del paciente (pues Reiki se ofrece tanto a niños, jóvenes, adultos, personas mayores)

## CONCLUSION:

REIKI es una terapia ó técnica INTEGRAL para el tratamiento completo del ser humano en sus diferentes esferas, (física, nutricional, mental, emocional, espiritual) que se interrelaciona con el entorno físico, social, laboral, familiar.

Además de ser muy económico, de fácil aplicación, sin efectos secundarios patógenos, indoloro, cuyas fortalezas son: disminuye el dolor, la ansiedad, el estrés, Aumenta las endorfinas y la consciencia, y esta basado en el Amor y el Perdón.

Los profesionales sanitarios que aprendemos esta técnica ofrecemos una posibilidad más de bajo coste con resultados muy valiosos. GRACIAS.

**BIBLIOGRAFIA:**

1. Alejandro Lorente. "La vuelta al cuerpo en 40 días " Ed. Edad, 2011.
2. Manual de Kinesiología. Touch for Health-1 © Paquita Simeón y Juan Carlos Monge. Enero 1996.
3. Mariano Martín Gutiérrez. La Kinesiología Fácil. Ed. Libsa © 2001
4. [www.codem.es/.../Manual\\_NIC\\_Enfermeria\\_AP.pdf](http://www.codem.es/.../Manual_NIC_Enfermeria_AP.pdf)  
M. Araujo Calvo.T. Rodríguez Gómez ISBN13. 978-84-  
**Registro central de la propiedad intelectual oficina provincial de  
Guadalajara Solicitud (provisional) nº GU-68-2011.08/04/2011.**

Ángela María Díaz García. Enfermera Colegiada nº. 3773.  
Experta y Master en iniciación en Terapias Complementarias por la  
Universidad de Murcia, años 2008-2012. Maestra en Reiki.  
C/ Gran Pez, 6-1ºI. Murcia 30.004. Telf 676266258

Murcia, 7 de abril 2014.