



© Getty Images

Reiki

Lo esencial

¿Cuánto sabemos sobre el *reiki*?

No sabemos mucho porque hay muy pocos estudios de buena calidad sobre el *reiki*.

¿Qué sabemos sobre la eficacia del *reiki*?

No se ha comprobado claramente la utilidad del *reiki* para propósitos relacionados con la salud.

¿Qué sabemos sobre la inocuidad del *reiki*?

No se ha demostrado que el *reiki* tenga efectos nocivos. Sin embargo, el *reiki* no debe utilizarse en reemplazo del tratamiento médico convencional ni como motivo para posponer la consulta con un médico acerca de un problema de salud.

¿Qué es el *reiki*?

El *reiki* es un método complementario para la salud en el que el practicante coloca las manos ligeramente sobre o por encima de la persona, con el propósito de facilitar la respuesta de autosanación de esa persona.

- El *reiki* se basa en la creencia oriental en una energía que apoya la habilidad innata o natural de sanación del cuerpo. Sin embargo, no hay ninguna prueba científica de que exista esta energía.
- El *reiki* ha sido estudiado para distintos trastornos, entre ellos, el dolor, la ansiedad, la fatiga y la depresión.

La perspectiva científica acerca de la eficacia del *reiki*

Varios grupos de expertos han evaluado las pruebas sobre el *reiki* y todos llegaron a la conclusión de que no hay certidumbre acerca de su utilidad.

Sólo se han completado muy pocos estudios sobre el *reiki* y la mayoría incluyen a muy pocas personas. Además, diferentes estudios examinaron distintos trastornos de salud, lo cual dificulta la comparación de los resultados. La mayoría de los estudios

Reiki

no compararon el *reiki* con el *reiki* falso (simulado) y sin tratamiento. Normalmente, los estudios que más datos aportan son los que incluyen estas comparaciones.

La perspectiva científica acerca de la inocuidad del *reiki*

En general, el *reiki* parece ser inocuo. En los estudios sobre el *reiki*, los efectos secundarios no fueron más comunes en quienes recibieron el *reiki* en comparación con quienes no lo recibieron.

Otras consideraciones

- El *reiki* no debe utilizarse en reemplazo del tratamiento médico convencional ni como motivo para posponer la consulta con un médico acerca de un problema de salud. Si tiene síntomas graves o que duran mucho, consulte a su profesional de la salud. Tal vez tenga un problema de salud que requiera tratamiento pronto.
- Informe a todos los profesionales de salud que lo atienden sobre cualquier tipo de método de medicina complementaria o alternativa que usted utiliza. Explique con detalle todo lo que hace para cuidar su salud. Esto permite una atención de la salud coordinada y segura.

Para obtener más información

Centro de Información del NCCIH

El Centro de Información del NCCIH ofrece información sobre métodos complementarios para la salud, que incluye publicaciones y búsquedas en bases de datos federales de bibliografía médica y científica. El Centro de Información no da consejos médicos o recomendaciones sobre tratamientos, ni ofrece servicios de localización de profesionales.

Llamada gratis en los Estados Unidos: 1-888-644-6226

TTY (para sordos y personas con dificultades auditivas): 1-866-464-3615

Sitio web: nccih.nih.gov

Correo electrónico: info@nccih.nih.gov

PubMed®

PubMed es un servicio de la Biblioteca Nacional de Medicina (NLM, por sus siglas en inglés) con una base de datos que contiene información sobre publicaciones y, en la mayoría de los casos, resúmenes breves de artículos de revistas científicas y médicas.

Sitio web: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed

Reiki

Obras de referencia

- Assefi N, Bogart A, Goldberg J, et al. ["Reiki for the treatment of fibromyalgia: a randomized controlled trial"](#). *Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2008;14(9):1115-1122.
- Catlin A, Taylor-Ford RL. "Investigation of standard care versus sham Reiki placebo versus actual Reiki therapy to enhance comfort and well-being in a chemotherapy infusion center". *Oncology Nursing Forum*. 2011;38(3):E212-220.
- Demir M, Can G, Celek E. "Effect of Reiki on symptom management in oncology". *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*. 2013;14(8):4931-4933.
- Ferraresi M, Clari R, Moro I, et al. "Reiki and related therapies in the dialysis ward: an evidence-based and ethical discussion to debate if these complementary and alternative medicines are welcomed or banned". *BMC Nephrology*. 2013;14:129.
- Kundu A, Lin Y, Oron AP, et al. "Reiki therapy for postoperative oral pain in pediatric patients: pilot data from a double-blind, randomized clinical trial". *Complementary Therapies in Clinical Practice*. 2014;20(1):21-25.
- Lee MS, Pittler MH, Ernst E. "Effects of Reiki in clinical practice: a systematic review of randomised clinical trials". *International Journal of Clinical Practice*. 2008;62(6):947-954.
- Nield-Anderson L, Ameling A. "Reiki: a complementary therapy for nursing practice". *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*. 2001;39(4):42-49.
- Thrane S, Cohen SM. "Effect of Reiki therapy on pain and anxiety in adults: an in-depth literature review of randomized trials with effect size calculations". *Pain Management Nursing*. 2014; 27 de febrero [publicación electrónica previa a la impreza].
- van der Vaart S, Gijzen VM, de Wildt SN, et al. "A systematic review of the therapeutic effects of Reiki". *Journal of Alternative and Complementary Medicine*. 2009;15(11):1157-1169.

Agradecimientos

El NCCIH agradece al Dr. John (Jack) Killen, Jr., del NCCIH, por sus contribuciones a la actualización de esta publicación en 2014.

Reiki

*Esta publicación es del dominio público y no está protegida por derechos de autor.
Se invita a su reproducción.*

El NCCIH suministra este material para su información. No pretende sustituir los conocimientos médicos ni las recomendaciones de los profesionales de la salud. Lo alentamos a que consulte con el profesional médico que corresponda acerca de cualquier decisión sobre tratamientos o atención médica. La mención de un producto, servicio o terapia en este documento de ninguna manera significa que cuenta con el respaldo del NCCIH.

Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos • Institutos Nacionales de la Salud • Centro Nacional de Salud Complementaria e Integral

nccih.nih.gov