

ATIVIDADES AQUÁTICAS TERAPÊUTICAS - 2022

Coordenador: Flavia Gomes Martinez

A ação de Atividades Aquáticas Terapêuticas tem por objetivo oferecer prestação de serviços na área de atividade física em água funda e rasa, muito efetivas como prevenção e tratamento de pessoas com dor, problemas musculoesqueléticos, cardiorrespiratórios, neuromusculares e metabólicos. Além de projetos de pesquisa, esta ação se integra a diferentes atividades de ensino. Objetiva realizar atividades aquáticas terapêuticas para ex-pacientes de fisioterapia aquática ou pessoas com dor crônica ou problemas de saúde que se beneficiam com exercícios aquáticos terapêuticos, tanto em piscina rasa quanto em piscina funda, em grupos. O projeto conta com fases de triagem, avaliação, montagem dos grupos, realização do treinamento e reavaliações. Todos os alunos foram previamente avaliados através de entrevista/anamnese, exame físico e análise de exames complementares e testes /escalas validadas. Após avaliação os alunos foram distribuídos nas turmas, com alocação compatível ao quadro clínico e objetivos traçados, com máximo 12 alunos cada. As turmas foram formadas conforme nivelamento e agenda. As aulas tem duração de 50 minutos e foram realizadas nas 3as e 5as pela manhã na piscina funda (3 turmas), quando são realizadas diferentes técnicas de locomoção em ambiente aquático, na posição vertical, horizontal e inclinado (decúbito ventral e dorsal), além de exercícios terapêuticos globais e localizados, e nas 6as manhã e tarde (4 turmas), na piscina rasa, onde eram ministradas aulas de hidropostural visando a melhora do equilíbrio e propriocepção, estabilidade articular e mobilidade, além de condicionamento cardiorrespiratório. Ao todo foram realizadas 243 sessões no total que contaram com uma média de 5 alunos por turma, sendo a metade advinda do SUS e a outra metade pagantes. Os valores cobrados são mais baixos do que os valores cobrados no mercado, a fim de propiciar ampliação de vagas para pessoas de baixa renda. A cada 3 meses são realizadas reavaliações dos alunos, com a finalidade de se checar os efeitos do programa e readequar as estratégias terapêuticas, se necessário. Os dados das avaliações estão sendo associados a pesquisas associadas ao projeto de extensão. A Equipe Executora é interdisciplinar, sendo composta pelo Coordenador, Coordenador Adjunto, estudantes de fisioterapia e educação física. O projeto está em continuidade. Para a melhor qualificação do programa e dos resultados, a equipe executora realiza reuniões semanais para discussão de casos, estudo das avaliações e laboratórios de exercícios. Os resultados parciais da pesquisa de satisfação e reavaliações dos pacientes nos permitem considerar o sucesso da ação e a justificativa de

reedições futuras da mesma.