

ATIVIDADES AQUÁTICAS TERAPÊUTICAS 2023

Coordenador: FLAVIA GOMES MARTINEZ

A ação de Atividades Aquáticas 2023 visa oferecer atividades aquáticas terapêuticas em água funda e rasa, com três modalidades: Locomoção em água funda, Hidropostural, e Exercícios em Água Funda para Pessoas com Parkinson. Tais programas terapêuticos de treinamento aquático são efetivos para manutenção e melhora dos resultados obtidos em tratamentos individuais de reabilitação, focados no condicionamento físico de pessoas com problemas crônicos de saúde, com exercícios de baixo impacto com exercícios aeróbicos. O objetivo principal é disponibilizar para pessoas maiores de 18 anos com problemas de saúde física (participantes da comunidade interna e externa da UFRGS) modalidades terapêuticas de exercícios aquáticos com baixo ou nenhum custo. A ação se relaciona com diversas disciplinas do Curso de Fisioterapia, do Curso de Design além de disciplinas de Pós Graduação. Além disso, está conectada a pesquisas, com análise cinemática de exercícios aquáticos, automatismos posturais, desfechos clínicos em idosos e efeitos de intervenções em equilíbrio e locomoção de idosos e indivíduos com Parkinson. O projeto é divulgado em várias mídias sociais. Para ingressar, em fluxo contínuo, os interessados se inscrevem por e-mail ou por telefone. Após, os participantes são avaliados por meio de entrevista, exame físico, análises de exames e testes clínico-funcionais. Então, os alunos são enquadrados nas turmas, que são compostas por até 20 alunos, de acordo com os quadros clínicos e objetivos individuais. As aulas são realizadas duas vezes por semana (3as e 5as às 9h30, 10h30, 11h30 e 12h30 e 6as 10h30, 11h30, 12h30, 13h30, 14h30 e 15h30), com duração de 50 minutos cada. As reavaliações ocorrem periodicamente, conforme o caso, visando ajustar as estratégias terapêuticas. Os dados das avaliações são associados a pesquisas. A equipe responsável é interdisciplinar, com estudantes de Fisioterapia e Educação Física. Reuniões regulares são realizadas para estudos, bem como para análise e discussão das estratégias de treinamento físico na água. A participação de estudantes beneficiários do Programa de Apoio ao Estudante (PRAE), pacientes do Sistema Único de Saúde (SUS) e idosos participantes do CREM é priorizada, com gratuidade ou descontos sobre as mensalidades. A ação busca interdisciplinaridade na área, integrando ensino, pesquisa e assistência. Nesta edição o total de participantes foi de 67 pessoas, distribuídos em 5 turmas, de 28 a 85 anos, com diversas afecções de saúde. Nessa edição, recebemos diversos casos de pacientes com dor crônica, pré e pós-operatórios e problemas articulares em geral. Além disso, ingressaram vários pacientes

com problemas neurológicos em modalidades de água funda, o que foi uma novidade promissora, visto a melhora apresentada pelos pacientes. Tal melhora foi constatada por meio de questionários de satisfação e avaliações clínicas, o que estimula a reedição da ação.