HIDROTERAPIA NA GESTAÇÃO

Autor(res)

Cláudia Mara Miranda Russi
Michele Aparecida Do Nascimento Silva

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS

Introdução

O estudo abordou a Hidroterapia na Gestação onde ela utiliza as características físicas da água por meio de exercícios que possibilitam o gerenciamento do inchaço, elevação da diurese, alívio e prevenção dos desconfortos e incômodos apresentados nessa fase. Mediante os movimentos corporais imersos na água, ocorre a diminuição do choque nas articulações e perigo de lesões. Diante disso, a pesquisa pretendeu responder o seguinte questionamento: Por que é relevante abordar sobre a Hidroterapia no período gestacional?
Portanto, o estudo justificou-se por ser a hidroterapia um recurso terapêutico relevante na gestação, onde seus efeitos, sejam físicos, fisiológicos e cinesiológicos provenientes da imersão do corpo em piscina aquecida.

Objetivo

O objetivo geral do estudo foi compreender a relevância da Hidroterapia nesse período e os objetivos específicos foram dissertar as fases gestacionais e suas alterações, apontar os benefícios proporcionados por ela e as técnicas utilizadas para a evolução desse recurso fisioterapêutico.

Material e Métodos

O trabalho foi uma Revisão Bibliográfica, por meio de artigos científicos publicados no período de 2014 a 2024, pesquisados na base de dados online Scientific Electronic Library Online (Scielo), Google Scholar (Google Acadêmico) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (Lilacs), utilizando as palavras chaves: Fisioterapia Aquática. Gestação. Reabilitação.
Os critérios de inclusão tratam de artigos direcionados a temática em estudo e os de exclusão, artigos de opinião, pesquisas que não abrangem diretamente o
assunto proposto, que estejam fora do preliminarmente definido e aqueles que inabilitam a acessibilidade na íntegra do artigo, além dos disponíveis em outra língua não escolhidos para o estudo.

Resultados e Discussão

Os resultados obtidos nos estudos embasados demonstraram que nas fases gestacionais a Hidroterapia é relevante pois proporciona efeitos terapêuticos diversificados, atua nas alterações decorrentes do processo da gestação. Além disso, contribui com benefícios relacionados as questões posturais, edemas, algias, desequilíbrios, proporcionando uma condição de relaxamento no meio aquático. Dessa forma, é um recurso que utiliza as

características da água para melhorar a circulação periférica, o retorno venoso com atenuação dos incômodos álgicos (Rezende, 2015; Veiga; Perez; Melo, 2021).
Portanto, as técnicas utilizadas na Hidroterapia como o Bad Ragaz para as alterações musculoesqueléticas e respiratórias, Watsu, (Da Silva et al., 2020), Shiatsu e Watsu, para alongar e fortalecer (Da Silva Cunha; Campos, 2020) e Halliwick para independência aquática são benéficas (Montenegro et al., 2014).

Conclusão

Foi possível evidenciar a relevância da Hidroterapia na gestação, onde o estudo demonstra que os benefícios proporcionados, as técnicas utilizadas minimizam e aliviam os desconfortos gerados pelas alterações ocorridas nessa fase.
Portanto, a busca de novos estudos nessa área é de bastante importância pois contribui ativamente para os aspectos favoráveis ao grupo abordado, ampliando o repertório científico e os conhecimentos na área.

Referências

DA SILVA, Renato Canevari Dutra et al. Atuação fisioterapêutica durante a gestação: uma abordagem cardiovascular. Revista Científica da Faculdade Quirinópolis, Goiânia, v. 2, n. 10, p. 7-33, 2020. Disponível em: C:Users/maric/Downloads /gercimarmartins. Acesso em: 14 abr. 2024.

MONTENEGRO, S. M. R. S. et al. Análise da hidroterapia em mulheres com dor lombar e relação com as atividades da vida diária. Fisioterapia Brasil, Fortaleza, Ceará, 15, n. 4, p. 263-268, 2014. Disponível em: https://convergenceditorial.com.br/index.php/fisioterapiabrasil. Acesso em: 23 ago. 2024.