

EFEITOS DA HIDROTERAPIA NA SAÚDE DOS IDOSOS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Lívia Helen Maia Gadelha

Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

Ysmênia Alves Antunes

Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: ysmeniaantunes1@hotmail.com

Ananda Sampaio Araújo

Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: 2022010108@unicatolicaquixada.edu.br

Francisco Arnaldo da Silva Júnior

Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: 2022010391@unicatolicaquixada.edu.br

Raimunda Rosilene Magalhães Gadelha

Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: rosilenemg@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

INTRODUÇÃO: O idoso tem saúde mais frágil, e está mais propenso a sofrer de doenças crônicas, genéticas, muitas vezes, desencadeadas por condições vividas ao longo da vida. Com o passar dos anos, é comum que eles encontrem problemas para executar movimentos, principalmente devido ao sedentarismo e à perda de força muscular. E a hidroterapia além de ser uma terapia que contribui na reabilitação de diversas funções corporais, pode melhorar a qualidade de vida desses idosos. **OBJETIVO:** Relatar a experiência vivenciada na Clínica Escola de Fisioterapia durante a disciplina de Introdução à Prática Ambulatorial. **METODOLOGIA:** O estudo trata-se de um relato de experiência, de caráter qualitativo, realizado no período de agosto a setembro de 2022, durante as aulas da disciplina de Introdução à Prática Fisioterapêutica Ambulatorial, na Clínica Escola de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá, onde acompanhamos pacientes idosos que realizaram tratamento na piscina terapêutica. **RESULTADOS:** Observou-se que a hidroterapia é uma opção de tratamento altamente eficaz, traz inúmeros benefícios para todos os tipos de pacientes idosos com comprometimento ortopédico, neurológico ou respiratório. Além de contribuir para o aumento da força muscular, aprimoramento do equilíbrio, melhora do condicionamento cardíaco e respiratório, e ainda proporcionar a diminuição de dores musculares durante a execução dos exercícios. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que a fisioterapia aquática é tão importante quanto as outras, principalmente quando se trata de reabilitação. O idoso que está apto a essa série de exercícios e deseja manter seu bem-estar, poderá ser muito bem indicado para fazer parte da hidroterapia.

Palavras-chave: Hidroterapia. Idosos. Reabilitação. Fisioterapia. Qualidade de vida.