

RESUMO SIMPLES - CIÊNCIAS DA SAÚDE

TERAPIA AQUÁTICA E SEUS EFEITOS NO EQUILÍBRIO: UMA REVISÃO LITERÁRIA

Júlia Vitória Carriel Faria (juliacarrielestudo@gmail.com)

Isabella Tróia Alves (isabellatroiaalves9@gmail.com)

Amanda Ohana Picanço (amanda_picanco@hotmail.com)

A fisioterapia aquática, também conhecida como hidroterapia, utiliza as propriedades físicas da água, como flutuação, resistência, turbulência e pressão hidrostática, para promover reabilitação funcional, melhora do equilíbrio, redução de dor e aumento da qualidade de vida. O equilíbrio corporal, essencial para a autonomia, é frequentemente comprometido em populações como idosos, pacientes pós-AVC, com Doença de Parkinson, Alzheimer ou osteoartrite, que apresentam risco aumentado de quedas. Nesse contexto, a fisioterapia aquática surge como alternativa eficaz e segura por proporcionar ambiente estável, redução do impacto articular e estímulos multissensoriais que favorecem a reabilitação. Este estudo consiste em uma revisão literária, realizada em bases de dados como Scielo, Pubmed, BDTD e Google Acadêmico, considerando artigos publicados entre 2000 e 2023, com foco na relação entre terapia aquática e equilíbrio. Os resultados evidenciaram que programas aquáticos melhoram equilíbrio, marcha, força muscular e qualidade de vida, além de reduzir o risco de quedas. Em diferentes populações, como pacientes pós-AVE, idosos e indivíduos com doenças neurológicas ou osteoartrite, a intervenção mostrou benefícios significativos, embora haja necessidade de estudos mais robustos e padronizados para

fortalecer as evidências. Conclui-se que a fisioterapia aquática é uma abordagem promissora e complementar no tratamento de disfunções relacionadas ao equilíbrio, destacando-se pelo impacto positivo na autonomia, segurança e funcionalidade dos pacientes, sendo, portanto, uma estratégia relevante na promoção da saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: terapia aquática; equilíbrio; fisioterapia; reabilitação funcional.