

ISSN: 2319-0124

HIDROTERAPIA E SEUS BENEFÍCIOS PARA ALUNOS COM DOENÇAS NEUROMUSCULARES EM PORTUGAL

Maike J. MAGALHÃES¹ Sergio M. C. P. B. AFONSO²

RESUMO

O presente trabalho tem como objetivo verificar os benefícios ou não da hidroterapia para pessoas com doenças neuromusculares de uma instituição privada em Portugal. Trata-se de uma abordagem qualitativa e para coletar os dados foram feitas observações e utilizamos diário de campo e um questionário. A pesquisa ocorreu durante 3 meses. Participaram 8 alunos de ambos os sexos, com idades entre 3 a 13 anos e o professor dos mesmos. Concluímos no presente estudo que a hidroterapia utilizada como tratamento para pessoas com doenças neuromusculares, proporcionou aos alunos benefícios psicológicos, fisiológicos, musculares dentre outros, além de ser uma atividade prazerosa e divertida.

Palavras-chave: Intercâmbio; Hidroterapia; Doenças Neuromusculares.

1. INTRODUÇÃO

Segundo Batista et al. (2011) a hidroterapia ou fisioterapia aquática é uma modalidade terapêutica dentro da fisioterapia, que utiliza das propriedades físicas da água com o objetivo de facilitar, suportar ou resistir movimentos, com o intuito de promover a habilitação ou reabilitação de diversas condições patológicas. Cabe ressaltar que existem algumas abordagens hidroterapêuticas, tais como: Bad Ragaz, Halliwick entre outros.

O método Halliwick, desenvolvido por James McMillan em 1949 em Londres, consiste em dez estágios ou atividades as quais estão agrupadas em quatro fases. Ademais, o mesmo tem o propósito de auxiliar pessoas com problemas físicos a tornarem-se mais independentes para nadar; enfatiza as habilidades dos pacientes na água e não suas inabilidades.

O método de Bad Ragaz, também conhecido como “método dos anéis”, criado em 1960 na Suíça, utiliza uma técnica, praticada em piscinas terapêuticas, com pacientes em posição horizontal, a qual promove o relaxamento, reeducação, fortalecimento, alongamento, diminuição do tônus muscular e redução de dores. O terapeuta é o ponto fixo e estabilizador do movimento (RUOTI; MORRIS; COLE, 2000).

¹Discente IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: maikejunior123@hotmail.com

²Orientador, Instituição Particular em Portugal . E-mail: sergiocspmartires@gmail.com

Entendemos os benefícios que as abordagens hidroterapêuticas proporcionam a todos que praticam, inclusive para pessoas com doenças neuromusculares, com habilidades motoras extremamente comprometidas. Nesta direção, o público alvo desta pesquisa são alunos que frequentam uma instituição particular em Portugal na cidade de Bragança com doenças neuromusculares.

As doenças neuromusculares (DNM) “compreendem um grande grupo de patologias de origem genética ou adquirida que apresentam dano primário ou secundário em nervos, músculos e/ou junções neuromusculares” (ALVES FERREIRA et al., 2020, p. 1). Compõem esse grupo: Atrofia Muscular Espinhal, Polineuropatias Hereditárias ou adquiridas, Miastenia Grave, Distrofias Musculares, Esclerose Lateral Amiotrófica entre outras, em comum as mesma possuem o caráter progressivo de perda de força e tônus muscular, acarretando impacto na qualidade de vida dos indivíduos afetados.

O presente trabalho tem o objetivo de verificar os benefícios ou não da hidroterapia para pessoas com doenças neuromusculares de uma instituição privada em Portugal.

3. MATERIAL E MÉTODOS

Intercâmbio palavra simples, porém, com um significado amplo. O mesmo pode ser entendido como forma de trocar informações, crenças, culturas, conhecimentos. Nesta direção, no período de setembro de 2021 a fevereiro de 2022 realizei um semestre de estudos no curso de Licenciatura em Desporto no Instituto Politécnico de Bragança em Portugal. Cujas presentes pesquisas são fruto das experiências e vivências no intercâmbio.

Trata-se de uma abordagem qualitativa e para coletar os dados foram feitas observações e utilizamos diário de campo e um questionário. Este último foi aplicado somente com o professor responsável pelas aulas de hidroterapia com os alunos. Para este estudo analisamos as sessões de reabilitação aquática com jovens com necessidades educativas especiais e com patologias neuromusculares diversas, os quais foram alvo da aplicação de metodologias específicas de intervenção no meio aquático tais como o método de Bad Ragaz e o Halliwick.

As sessões de hidroterapia na Academia dos Santos Mártires destinavam-se a pacientes que apresentavam problemas oriundos de enfraquecimento muscular, perda de mobilidade articular, coordenação e equilíbrio, dor ou falta de confiança no meio aquático. A pesquisa ocorreu durante 3 meses. Participaram 8 alunos de ambos os sexos, com idades entre 3 a 13 anos e o professor do mesmo. As aulas aconteciam duas vezes por semana na piscina da instituição e cada aluno realizava uma aula individualmente (com a presença do estagiário) por semana com duração de 30 minutos.

Diante o exposto, cabe refletir sobre a instituição que atendia esse público. É uma instituição particular de solidariedade social de Bragança, que visa proporcionar atividades de apoio à inclusão de públicos vulneráveis e com necessidades especiais, através das respostas sociais de Centro de Atividades ocupacionais, Lar Residencial, Residências Autônomas, Centro de Convívio, Jardim de Infância e Refeitório Social. A mesma dispõe de salas para atividades pedagógicas e lúdicas, ginásio, salas de estimulação, piscina com tanque de reabilitação aquática, refeitórios, residências autônomas, sala de música para terapia, etc.

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

De acordo com as observações e anotações no diário de campo, foi possível observar que as aulas de hidroterapia propiciaram momentos de relaxamento, interação social, melhora do equilíbrio e percepção corporal de todos os participantes. Ademais, contribui para uma melhora motora e cognitiva. Corroborando com estes resultados Albuquerque et al. (2012), em sua pesquisa sobre os Efeitos da Hidroterapia em pessoas com Miastenia Grave encontraram resultados parecidos, os mesmos afirmam que os participantes do estudo apresentaram melhora na qualidade de vida, no domínio social, força muscular igual do início ao fim das sessões de hidroterapia, melhora no controle respiratório oral e nasal, imersão e realização do controle das rotações de tronco.

Complementando Cunha et al. (2001), Albuquerque e Caromano (2013), Miranda et al. (2018), reforçam que a terapia na água também auxilia no controle de equilíbrio, no controle rotacional e no trabalho respiratório. Os efeitos adquiridos são tanto físicos quanto psicológicos.

As respostas no questionário nos mostram que a prática de sessões de Hidroterapia permite um benefício enorme a nível das capacidades motoras e condicionais; fortalecimento muscular; melhoria da mobilidade articular; alívio da dor; coordenação e equilíbrio; aumento da autoconfiança; relaxamento muscular e bem estar psicológico. Além disso, houve também ganhos significativos a nível da capacidade cardiorrespiratória, aumento de amplitude muscular, flexibilidade, força e resistência. “Devido às propriedades físicas da água, a movimentação voluntária e adoção de diversas posturas, que podem ser facilitadas, e os exercícios de alongamento muscular, que podem ser realizados, proporcionam alívio da dor e melhoram a funcionalidade. Ademais, facilita os exercícios respiratórios, o treino de marcha e, principalmente, as atividades recreacionais (FACHARDO; CARVALHO; VITORINO, 2008, p. 218).

Outro ponto importante foi o reconhecimento e relato dos pais sobre os benefícios da hidroterapia para seus filhos. O professor no questionário expressa que os familiares afirmam que houve melhora significativa dos pacientes em casa desde o caminhar sozinho, sem auxílio, melhora na auto estima e realização de higiene pessoal sozinho. Segundo Albuquerque e Caromano (2013),

Carenzi e Bauer (2003), após pesquisas em diversas literaturas afirmaram que a hidroterapia representa um tratamento eficaz para os pacientes com doenças neuromusculares, por propiciar benefícios fisiológicos e terapêuticos através das propriedades físicas de água. Concordamos e pontuamos a ausência, fragilidade e falta de estudos atuais sobre esse tema na literatura (ALBUQUERQUE et al., 2012).

5. CONCLUSÕES

Entendemos que o tratamento de diversas doenças e deficiências por meio da hidroterapia vem crescendo no Brasil e começa a ser aceito como opção de tratamento para as doenças neuromusculares. Portanto, podemos concluir no presente estudo que a hidroterapia utilizada como tratamento para pessoas com doenças neuromusculares, proporcionou aos alunos benefícios psicológicos, fisiológicos, musculares dentre outros, além de ser uma atividade prazerosa e divertida.

AGRADECIMENTOS

Agradeço a Assessoria Internacional do IFSULDEMINAS e ao programa de Mobilidade Acadêmica por tornar oportuno essa experiência ímpar em minha vida.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Priscila Santos et al. Os efeitos da hidroterapia na fadiga, força muscular e qualidade de vida de pacientes com miastenia grave-estudo de dois casos. **Cadernos de Pós-Graduação em Distúrbios do Desenvolvimento**, v. 12, n. 2, 2012.
- ALBUQUERQUE, Priscila Santos; CAROMANO, Fátima Aparecida. Efeitos da Hidroterapia na Capacidade Vital Forçada de Paciente com Esclerose Lateral Amiotrófica. **Revista Neurociências**, v. 21, n. 3, p. 388-391, 2013.
- ALVES-FERREIRA, Andressa Kelly et al. Alterações salivares, sintomas bucais e qualidade de vida relacionada à saúde bucal em pacientes com doenças neuromusculares. **Revista Ciencias de la Salud**, v. 18, n. 1, p. 82-95, 2020.
- BATISTA, T; ALFAIATE, V; SILVA, V; GOMES, M; ALVES, S. **Os efeitos da hidroterapia na fibromialgia. Ciência da Saúde [periódico na Internet]**. 201.
- CARENZI, Tais; BAUER, Márcia Cunha. Abordagem hidroterapêutica em fortalecimento muscular para pacientes portadores de distrofia miotônica de Steinert uma revisão bibliográfica. **ConScientiae Saúde**, n. 2, p. 83-88, 2003
- CUNHA, Márcia Cristina Bauer et al. Hidroterapia. **Revista Neurociências**, v. 6, n. 3, p. 126-130, 1998.
- CUNHA, Márcia Cristina Bauer. Hidroterapia. **Fisioterapia Brasil**, v. 2, n. 6, p. 379-385, 2001.
- FACHARDO, G. A.; CARVALHO, S. C. P.; VITORINO, D. F. M. Tratamento hidroterápico na Distrofia Muscular de Duchenne: Relato de um caso. **Revista Neurociências**, 12(4): 217 - 221, 2008
- RUOTI R. G.; MORRIS D. M.; COLE A. J. Reabilitação aquática. **Manole**, São Paulo, 2000.
- MIRANDA, Marcos Roberto et al. Benefícios da hidroterapia em pacientes após acidente vascular cerebral (AVC). **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 1, n. Esp 5, p. 465-471, 2018.