

HABILIDADES PRÁTICAS NO ENSINO DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA: POR UMA FORMAÇÃO HOLÍSTICA

Christiny Leal de Oliveira Scalabrini¹
Suelen Marçal Nogueira²
Marcos Filipe da Silva Mello³
Amanda Marques de Oliveira⁴
Hanna Barbosa Silva Tavares⁵
Samara Alice Pereira Martins⁶
Victor Almeida Alves⁷
Vitória Raphaela Sérgio de Lima Notto⁸
Heloiza Dias Lopes Lago⁹
Francisco Ronaldo Caliman Filho¹⁰

RESUMO

A interação da teoria e prática no ensino da fisioterapia aquática é essencial para desenvolver as habilidades práticas e a formação holística do fisioterapeuta. A fisioterapia aquática ou hidroterapia utiliza as propriedades físicas da água para a reabilitação, sendo o tratamento realizado em uma piscina com ambiente adequado. O objetivo deste é relatar a experiência prática para trabalhar habilidades práticas no ensino da fisioterapia aquática. Foram realizadas atividades teóricas e práticas com metodologias ativas que permitiram aprimorar as habilidades com diferentes situações clínicas para raciocínio e tomada de decisão dos acadêmicos. Os resultados dessa experiência foram positivos, evidenciando um maior engajamento dos acadêmicos e assimilação dos conteúdos abordados em sala de aula. A integração entre teoria e prática fortaleceu a confiança dos estudantes na aplicação das técnicas, além de promover um aprendizado holístico, significativo e contextualizado. A atividade proporcionou aos acadêmicos maior compreensão dos princípios hidrodinâmicos e sua aplicação terapêutica. Segurança na avaliação, planejamento de intervenções e execução das técnicas fisioterapêuticas aquáticas. Portanto a prática baseada em evidências e o treinamento prático foram fundamentais para superar barreiras e melhorar o processo ensino-aprendizagem.

PALAVRAS-CHAVE:

Fisioterapia Aquática. Relato de Experiência. Aulas. Teoria e prática.

INTRODUÇÃO

A interação da teoria e prática no ensino da fisioterapia aquática é essencial para desenvolver as habilidades práticas e a formação holística do fisioterapeuta. A fisioterapia aquática ou hidroterapia utiliza as propriedades físicas da água para a reabilitação, sendo o tratamento realizado em uma piscina com ambiente adequado. Estudantes de fisioterapia devem ser preparados para lidar

¹ Especialista, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: christiny.scalabrini@unievangelica.edu.br

² Doutora, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

³ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: marcos.mello@docente.unievangelica.edu.br

⁴ Discente, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

⁵ Discente, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

⁶ Discente, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

⁷ Discente, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

⁸ Discente, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: suelen.nogueira@unievangelica.edu.br

⁹ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: heloiza.lago@unievangelica.edu.br

¹⁰ Mestre, Universidade Evangélica de Goiás Campus Ceres, e-mail: francisco.filho@unievangelica.edu.br

com desafios éticos e de gestão ao ensinar em ambientes aquáticos adaptados, promovendo uma prática reflexiva e de defesa (Sato & Haegele, 2017).

A Prática Baseada em Evidências (EBP) é uma abordagem essencial que melhora a qualidade do ensino da fisioterapia aquática, destacando a importância de métodos pedagógicos eficazes para facilitar a aprendizagem (Boshnjaku et al., 2023). As metodologias ativas podem desenvolver uma experiência de ensino diferenciada, que permita aos alunos vivenciarem, na prática, os fundamentos da Fisioterapia Aquática, aprimorando habilidades técnicas, raciocínio clínico e interação com o paciente.

A formação holística de futuros fisioterapeutas, oferece não apenas o conhecimento técnico necessário, mas também a habilidade prática para aplicá-la de forma efetiva. A inserção da prática no ensino da Fisioterapia Aquática é essencial para consolidar o conhecimento teórico e preparar os acadêmicos para a atuação profissional.

A fisioterapia aquática, também conhecida como hidroterapia é uma modalidade que se aproveita das características físicas da água, como fluabilidade, resistência, pressão hidrostática, e a temperatura para facilitar e potencializar o tratamento fisioterapêutico (Melo et al., 2023). Esta modalidade oferece um ambiente único que permite aos pacientes realizarem exercícios com menor impacto nas articulações, melhorando a mobilidade, força e auxiliando também no alívio da dor (Pieniżek et al., 2021).

Exercícios aquáticos são mais eficazes do que os realizados em terra para melhorar o equilíbrio, a marcha e a qualidade de vida, além de reduzir o índice de queda em idosos que vivem na comunidade. O ensino da fisioterapia aquática e do uso dos exercícios a partir da prática baseada em evidências garante aquisição de habilidades práticas, e a combinação de teoria e prática é essencial no para garantir uma execução completa e segura (Nogueira et al., 2023). Este relato de experiência descreve uma atividade prática realizada em ambiente aquático, destacando os benefícios dessa abordagem na formação dos estudantes.

METODOLOGIA

Este relato com abordagem qualitativa e descritiva, tem como objetivo demonstrar e descrever uma experiência prática para trabalhar habilidades no ensino da fisioterapia aquática com dados coletados a partir da observação direta, do docente e discente, bem como relatórios e registros documentais da atividade realizada.

A atividade ocorreu em uma piscina terapêutica equipada para a prática de hidroterapia, com o objetivo de proporcionar aos alunos uma vivência real das técnicas fisioterapêuticas aplicadas na água. Durante a aula, os estudantes foram orientados sobre os princípios da hidrodinâmica, as propriedades físicas da água e sua influência nos tratamentos fisioterapêuticos. Foram exploradas técnicas de flutuação, resistência e facilitação de movimentos, fundamentais para reabilitação de pacientes com disfunções musculoesqueléticas, neurológicas e respiratórias.

Além da execução técnica, a atividade enfatizou a importância da comunicação com o paciente, adaptação às diferentes necessidades e desenvolvimento de um raciocínio clínico eficiente. Os alunos tiveram a oportunidade de atuar tanto como terapeutas quanto como pacientes, permitindo uma compreensão mais profunda das sensações e respostas corporais aos estímulos aquáticos, para instituir um raciocínio clínico em terapias aquáticas e a busca de evidências científicas.

O conteúdo programático e o roteiro da atividade, estruturou-se em torno de três componentes principais: aula teórica focada no ensino dos princípios físicos da água, e a fisioterapia aquática, e sua atuação nos corpos, seus efeitos físicos e sua utilização como densidade empuxo, viscosidade e condutividade térmica; exposição teórica-prática a piscina terapêutica uma segunda aula teórica que abordou os "piscina terapêutica"; e finalmente as aulas práticas que permitiram aos estudantes aplicarem os conhecimentos teóricos adquiridos, desenvolvendo habilidades específicas para avaliação, planejamento e execução de tratamentos fisioterapêuticos na água.

Este modelo pedagógico, que mescla teoria e prática, apresenta benefícios significativos, desafios, e implicações para a formação holística de futuros fisioterapeutas e para o ganho de habilidades práticas, permitindo o acadêmico o raciocínio clínico. A integração desses componentes não só enriquece o processo de aprendizagem, mas também assegura uma compreensão aprofundada das potencialidades terapêuticas da água, capacitando os futuros fisioterapeutas a maximizar os benefícios dessa modalidade para seus pacientes.

RELATO DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS

A experiência didática com a metodologia ativa no ensino da fisioterapia aquática, integrou a teoria e a prática por meio de uma sequência pedagógica cuidadosamente planejada, a qual o objetivo foi proporcionar aos discentes do curso de fisioterapia uma compreensão profunda tanto dos aspectos teóricos quanto das habilidades práticas da fisioterapia aquática, também conhecida como hidroterapia.

A primeira etapa da atividade consistiu em uma aula teórica sobre os princípios físicos da água e sua aplicação na fisioterapia aquática. Foram explorados conceitos como fluotabilidade, que permite aos pacientes realizar exercícios com menor impacto e dor; resistência, que oferece uma força oposta ao movimento e auxilia no fortalecimento muscular; pressão hidrostática, que contribui para a redução do edema; e a capacidade da água de conduzir calor, promovendo o relaxamento muscular.

Na sequência, uma segunda aula teórica abordou a infraestrutura da piscina terapêutica, enfatizando aspectos como a temperatura ideal da água, entre 33°C e 36°C, para relaxamento muscular e alívio da dor. Discutiu-se também a profundidade ideal para diferentes tipos de exercícios e o uso de equipamentos auxiliares, como pranchas e coletes flutuantes, que facilitam ou intensificam os movimentos. Foram ainda abordadas normas de segurança e higiene, fundamentais para a prevenção de acidentes e infecções.

Com o embasamento teórico consolidado, os estudantes participaram de uma aula prática na sob a supervisão da docente Christiny Leal de Oliveira Scalabrini. Inicialmente, os alunos se prepararam adequadamente, vestindo roupas apropriadas para a atividade e passando pela ducha antes de ingressar na piscina. A aula começou com uma dinâmica interativa seguida por retomada de conteúdo e tempestade cerebral. A prática teve início com a etapa de adaptação do paciente à água, considerando que algumas pessoas podem apresentar medo ou rigidez. Para isso, utilizou-se um colete cervical flutuante e boias de apoio na região lombar e na fossa poplíteia.

Dando continuidade, foram aplicados diferentes exercícios terapêuticos. No primeiro, denominado "turbilhão", os estudantes se dividiram em duplas, onde um desempenhava o papel de fisioterapeuta e outro de paciente. Finalmente os alunos foram divididos em grupos e passaram por diferentes estações práticas na piscina terapêutica, onde enfrentaram desafios clínicos simulados, como o atendimento a pacientes com condições neurológicas, ortopédicas e cardiorrespiratórias. Cada grupo tinha um tempo determinado para avaliar o caso, planejar e aplicar as técnicas adequadas.

Após a execução de possíveis terapias os acadêmicos foram encorajados a buscarem as melhores evidências das terapias aquáticas nas patologias e disfunções estudadas. Essa experiência permitiu aos estudantes vivenciarem na prática os conceitos explorados teoricamente, compreendendo a dinâmica da fisioterapia aquática e aprimorando suas habilidades na aplicação dos métodos terapêuticos. O formato do ensino, aliando teoria e prática, mostrou-se fundamental para o aprendizado e a formação de profissionais capacitados para atuar nessa área. O uso da

problematização como aliada no processo ensino-aprendizagem proporciona protagonismo frente a tomada de decisões clínicas, implicando em instituir ao acadêmico o raciocínio clínico.

A atividade proporcionou aos acadêmicos maior compreensão dos princípios hidrodinâmicos e sua aplicação terapêutica. Segurança na avaliação, planejamento de intervenções e execução das técnicas fisioterapêuticas aquáticas, reduzindo receios comuns no primeiro contato com a prática, aprimoramento da comunicação e trabalho em equipe, fundamentais na prática profissional.

O desenvolvimento de habilidades práticas é um desafio no ensino uma vez que são observadas diferenças individuais no aprendizado: os alunos podem variar significativamente em suas habilidades de absorver conhecimento teórico e aplicá-lo na prática. O que requer adaptação das metodologias para atender as necessidades individuais dos discentes.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta experiência prática foi crucial para aprofundar o conhecimento adquirido nas aulas teóricas, permitiu trabalhar as habilidades práticas da fisioterapia aquática e possibilitou aos acadêmicos a percepção da importância da personalização do tratamento e o potencial terapêutico da água. A combinação de aulas teóricas abrangentes com prática supervisionada na piscina terapêutica e metodologia ativa representa uma estratégia robusta para o ensino de fisioterapia aquática.

A prática baseada em evidências e o treinamento prático foram fundamentais para superar barreiras e melhorar o processo ensino-aprendizagem. A educação contínua e a adaptação às necessidades culturais e sociais são recomendadas para otimizar a formação acadêmica holística e a prática na fisioterapia aquática. Desenvolver uma experiência de ensino diferenciada, baseada em metodologias ativas, permite aos discentes vivenciarem, na prática, os fundamentos da Fisioterapia Aquática, aprimorando habilidades técnicas, raciocínio clínico e interação com o paciente.

REFERÊNCIAS

BOSHNJAKU, A., ARNADOTTIR, S., PALLOT, A., WAGENER, M., & ÄIJÖ, M. Improving the Evidence-Based Practice Skills of Entry-Level Physiotherapy Students through Educational Interventions: A Scoping Review of Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 16, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.3390/ijerph20166605> Acesso em: 24 jan 2024.

MELO, R., CARDEIRA, C., REZENDE, D., GUIMARÃES-DO-CARMO, V., LEMOS, A., & DE MOURA-FILHO, A. Effectiveness of the aquatic physical therapy exercises to improve balance, gait, quality of life and reduce fall-related outcomes in healthy community-dwelling older adults: A systematic review and

meta-analysis. **PLOS ONE**, v. 18, n. 9 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0291193>
Acesso em: 25 jan 2025..

NOGUEIRA, S. M. et al. Teoria x prática: atividades metodológicas no ensino da hidroterapia para reabilitação. *Anais do Seminário de Atualização de Práticas Docentes*, [S. l.], v. 6, n. 1, p. 112–115, 2024. Disponível em: <https://anais.unievangelica.edu.br/index.php/praticasdocentes/article/view/11125> Acesso em: 25 jan 2025.

PIENIAŻEK, M., MAŃKO, G., SPIESZNY, M., BILSKI, J., KURZYDŁO, W., AMBROŻY, T., & JASZCZUR-NOWICKI, J. Body Balance and Physiotherapy in the Aquatic Environment and at a Gym BioMed Research International, v. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2021/9925802> Acesso em: 24 jan 2025.

SATO, T., & HAEGELE, J. Positioning Theory: Kinesiology Students' Experiences Teaching in an Adapted Aquatics Practicum. **Multicultural Learning and Teaching**, v. 12, n 2. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1515/mlt-2016-0025> Acesso em: 22 jan 2025.