

## A INFLUÊNCIA DA HIDROTERAPIA EM GESTANTES DO MUNICÍPIO DE QUIXADÁ-CE

Alba Alves de Oliveira<sup>1</sup>; Thaís Teles Veras Nunes<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá

<sup>2</sup>Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Católica de Quixadá

A gestação é um período onde ocorrem diversas alterações nos mais variados sistemas fisiológicos da mulher em razão do desenvolvimento fetal. O objetivo deste trabalho é identificar a influência da hidroterapia em gestantes, uma vez que estudos comprovam a sua eficiência, com vista das suas principais queixas sendo a lombalgia, edema de MMII, desequilíbrios respiratórios e posturais os mais referidos neste período. Segundo a literatura a água possui grande relevância no que diz respeito à melhora desse quadro sintomatológico da gestante por permitir a realização de exercícios com maior segurança, proporcionar um maior estado de relaxamento devido a sua temperatura e atuando na melhora da funcionalidade dos sistemas devido à ação de suas propriedades. Este trabalho tem como objetivo reunir 20 gestantes de 18 a 35 anos de idade que se encontrem da 20<sup>o</sup> a 28<sup>o</sup> semana gestacional, sob o consentimento do médico e da mesma para participação do projeto, sendo excluídas aquelas que não fazem o acompanhamento pré-natal ou possuir alguma restrição a atividades em ambiente aquático. O projeto será aplicado na piscina terapêutica de uma Clínica Escola de Fisioterapia, duas vezes semanais com duração de 50 minutos seguindo um protocolo composto de aquecimento, exercícios respiratórios, cinesioterapia, alongamento e relaxamento corporal por um período de um mês, com orientação devida do profissional. Serão verificados alguns parâmetros como a pressão arterial, a força muscular respiratória, o grau de edemas nos membros inferiores, e a dor lombar, todos analisados antes e após o início do tratamento. Além desses serão colhidos dados das condições sócio-econômica e demográfica de cada gestante através de uma ficha específica elaborada. Os resultados da terapia aquática proposta serão interpretados através de tabelas e gráficos elaborados pelo software Word Excel. Busca-se através do referido projeto salientar a importância da hidroterapia na gestação, poder contribuir para pesquisas futuras bem como proporcionar um melhor estado funcional e bem estar de vida a gestante.

**Palavras-chave:** Gestação. Hidroterapia. Fisioterapia.