



UNIVERSIDADE DO SUL DE SANTA CATARINA

ISADORA FALQUETTE PAZINI

LARA FERNANDES FEUSER

MARCO ANTÔNIO OENNING COSTA

SANDY WENSING SCHUMACHER

**AVALIAÇÃO DA AQUAFOBIA EM PACIENTES IDOSOS EM UM ATENDIMENTO
NA FISIOTERAPIA AQUÁTICA**

Tubarão
2023

ISADORA FALQUETTE PAZINI
LARA FERNANDES FEUSER
MARCO ANTÔNIO OENNING COSTA
SANDY WENSING SCHUMACHER

**AVALIAÇÃO DA AQUAFOBIA EM PACIENTES IDOSOS EM UM ATENDIMENTO
NA FISIOTERAPIA AQUÁTICA**

Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação apresentado ao Curso de Fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Fisioterapia.

Orientador: Prof. Franciane Bobinski, Dra.

Coorientadora: Prof. Ana Cristina Farias de Oliveira, Ma.

Tubarão
2023

Dedicamos esse trabalho de conclusão de curso *in memoriam* de Tiago Pazini, pai da autora Isadora Falquette Pazini.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradecemos a união do nosso grupo, que mesmo com tantas mudanças, desafios, seguimos firmes para que esse trabalho fosse concluído.

A Deus, que permitiu que nossos objetivos fossem alcançados em todos esses anos de estudos.

Agradecemos às nossas famílias pelo apoio nas incontáveis horas de elaboração deste trabalho e por todo suporte nesse caminho percorrido, o qual se tornou mais fácil e agradável com o amparo de vocês.

Amigos e todos que de alguma forma nos ajudaram a chegar até aqui, obrigada por entenderem nossa ausência e por segurarem nossa mão nessa jornada.

A Ma. Ana Cristina Farias de Oliveira, por fazer desde o início um momento tranquilo e prazeroso. Obrigada por todo apoio, ajuda e incentivo. Obrigada por acreditar em nós.

A Dra. Franciane Bobinski, por dar continuidade a nossa pesquisa e nos dar suporte necessário para concluirmos com êxito.

Aos membros da banca que se disponibilizaram e aceitaram o nosso convite para serem avaliadores deste trabalho, que, além de nossa banca, são nossos mestres e nos orientaram e ensinaram durante esses anos.

A todos os voluntários da pesquisa que aceitaram fazer parte do estudo, sem eles nada disso seria possível.

E, a Tiago Pazini, *in memoriam*, pai da autora Isadora Falquette Pazini, que nos guiou de outro plano e que sabemos que está com os olhos marejados de lágrimas em nos ver concluindo esse trabalho.

MUITO OBRIGADA!

CARTA DE APRESENTAÇÃO

Trabalho de conclusão de curso de graduação em fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina UNISUL/Tubarão - apresentado sob a forma de artigo científico. Este artigo será submetido para a revista Fisioterapia Brasil (as normas da revista encontram-se anexada neste documento).

ARTIGO ORIGINAL**Avaliação da Aquafobia em Pacientes Idosos em um Atendimento na Fisioterapia Aquática*****Assessment of Aquaphobia in Elderly Patients in an Aquatic Physiotherapy Service***

Isadora Falquette Pazini¹, Lara Fernandes Feuser¹, Marco Antonio Oenning Costa¹, Sandy Wensing Schumacher¹, Ana Cristina Farias de Oliveira¹, Franciane Bobinski²

¹ Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Tubarão, SC, Brasil.

² Laboratório de Neurociências Experimental (LaNEx), Programa de Pós-Graduação em Ciências da Saúde, Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), Palhoça 88137-270, SC, Brasil.

Correspondência: Ana Cristina Farias de Oliveira, e-mail: anacristina.fariasdeoliveira@gmail.com

Resumo

Introdução: A fobia trata-se de um medo que já é caracterizado como uma patologia. Esse medo pode ser sentido de diferentes formas, podendo ser apenas por uma proteção para alguns, no tempo em que para outros, é visto como um obstáculo a ser vencido. *Objetivo:* O objetivo principal deste estudo é avaliar a aquafobia em pacientes idosos. *Métodos:* O presente estudo é do tipo transversal, de natureza observacional. Trata-se de uma pesquisa onde foi realizada em um determinado curto período, composto por um grupo de 8 idosos acima de 60 anos com aplicação de um atendimento na Fisioterapia Aquática. O estudo foi abordado de maneira quantitativa. A análise de estatística foi realizada inicialmente por uma tabela dos dados no Excel e transferida para uma tabela no Word. Para comparar os dados, foi utilizado o teste T Student. *Resultados:* 50% do medo dos pacientes está relacionado com traumas da infância, 25% trauma familiar e 25% por outros motivos. No pré-intervenção os voluntários apresentaram altos níveis de medo de água, com sintomas de sudorese, boca seca, sensação de taquicardia e tontura. Pós-intervenção, esses sintomas e o medo de água, tiveram uma redução relevante quanto ao início. *Conclusão:* O estudo

demonstrou que os pacientes submetidos a um atendimento na fisioterapia aquática obtiveram uma redução significativa no nível de medo, uma vez que, a maioria dos participantes afirmou que retornariam ao ambiente aquático.

Palavras-chave: Fisioterapia Aquática. Envelhecimento. Medo de água.

Abstract

Introduction: Phobia is a fear that is already characterized as a pathology. This fear can be felt in different ways, and may be just a protection for some, while for others, it is seen as an obstacle to be overcome. *Objective:* The main objective of this study is to evaluate aquaphobia in elderly patients. *Methods:* The present study is cross-sectional, observational in nature. This is a research that was carried out over a certain short period, consisting of a group of 8 elderly people over 60 years old applying Aquatic Physiotherapy service. The study was approached quantitatively. Statistical analysis was initially performed using a data table in Excel and transferred to a table in Word. To compare the data, the t Student's test was used. *Results:* 50% of patients' fear is related to childhood trauma, 25% family trauma and 25% for other reasons. In the pre-intervention, the volunteers were very afraid of water, with symptoms of sweating, dry mouth, sensation of tachycardia and dizziness. Post-intervention, these symptoms and the fear of water had a significant reduction compared to the beginning. *Conclusion:* The study demonstrated that patients undergoing aquatic physiotherapy treatment achieved a significant reduction in their level of fear, since the majority of participants stated that they would return to the aquatic environment.

Keywords: Aquatic Physiotherapy. Aging. Fear of water.

LISTA DE ABREVIATURAS

CEFU	Clínica Escola de Fisioterapia da Unisul
CEP	Comitê de Ética em Pesquisa
COFFITO	Conselho Federal de Fisioterapia e Terapia Ocupacional
IBGE	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
OMS	Organização Mundial da Saúde
PNAD	Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UNISUL	Universidade do Sul de Santa Catarina

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento é um processo que engloba mudanças metabólicas, fisiológicas, psicológicas e sociais que podem afetar o estado de saúde dos idosos [1]. Com a chegada do envelhecimento, é possível observar diminuição de características fisiológicas e cinesiológicas, como a diminuição da força muscular, amplitude de movimento, equilíbrio, imunidade, atividade celular, densidade óssea, função cardiopulmonar enfraquecida, entre outros. Estas mudanças podem alterar a capacidade de realizar atividades básicas de vida diária, comprometendo assim, a capacidade funcional do idoso [2,3].

Atualmente, um grande vilão das modalidades e tratamentos fisioterapêuticos que vem sendo um fator limitante e de atraso, é o medo. O medo de alguma coisa ou de algo que esteja relacionado com o tratamento fisioterapêutico proposto, pode acarretar o atraso e o insucesso do paciente com relação a sua condição clínica. Um exemplo disso, é a fisioterapia aquática, onde vem crescendo e mostrando inúmeras evidências com resultados benéficos para a prática clínica, tais como melhora da força muscular, melhora da capacidade cardiorrespiratória, melhora da mobilidade articular, melhora na qualidade de vida e entre outros [4,5]. E mesmo nesta modalidade, é possível encontrar casos em que é considerável este medo, neste caso, o medo da água, principalmente em idosos.

A fobia trata-se de um medo que já é caracterizado como uma patologia. Esse medo pode ser sentido de diferentes formas, podendo ser apenas por uma proteção para alguns, no tempo em que para outros, é visto como um obstáculo a ser vencido. As pessoas que sofrem de aquafobia, tendem a serem afetadas em suas rotinas e vidas cotidianas, limitando-as de realizarem e participarem de um contexto aquático, como entrar em uma piscina e, neste caso, serem submetidas a uma modalidade de tratamento fisioterapêutico. Estes indivíduos, quando submetidos ao meio aquático, podem apresentar sinais e sintomas que se tornam dificultadores dentro do cenário em que se encontram. Tais alterações incluem: ansiedade e episódios de pânico, sudorese, tremores, desmaios, tonturas, náuseas, ânsia de vômito, frequência cardíaca, respiratória e pressão arterial aumentadas, dor de cabeça ou enxaqueca, dor de estômago e tensão muscular [6].

Em vista disso, torna-se de extrema importância ter conhecimento mais profundos dos fatores, causas e consequências desse medo, para que seja possível o

profissional intervir e preparar o paciente, deixando-o confortável, facilitando a intervenção fisioterapêutica no meio aquático [7].

Diante do exposto, a justificativa deste estudo se dá em avaliar a aquafobia em pacientes idosos, buscando identificar os limitadores e inseguranças que o paciente possui em relação a água, para que seja possível minimizar os possíveis efeitos adversos causados pelo meio aquático e trazer maior segurança e comodidade ao paciente. Fazendo com que ele vença o medo e se adapte a modalidade de tratamento, a fim de prevenir, promover, proteger, educar, intervir, recuperar e reabilitar o paciente [8,9]. Somando também, um tratamento a mais para os idosos que sofrem de aquafobia.

A fisioterapia aquática possui evidências científicas que destacam pontos positivos para o tratamento da população idosa. Por exemplo, Pianna e col. (2019), concluíram que a fisioterapia aquática, juntamente com exercícios resistidos, cooperou para o aumento da força muscular e melhora da qualidade de vida em idosos com doenças crônicas não transmissíveis [4].

Garbi FP e col. (2021), mostraram que a fisioterapia aquática auxiliou efetivamente para a melhoria da capacidade funcional e mobilidade de idosos com osteoartrose do joelho [5]. Ainda, AM Alonso Rodríguez e col. (2021), apresentaram que o tratamento da fisioterapia aquática durante a segunda fase de tratamento reabilitador da cirurgia de artroplastia total de joelho, foi mais eficaz do que a cinesioterapia, em relação a melhora da dor, força muscular, equilíbrio articular, rigidez e teste de marcha em pacientes idosos [10].

Portanto, o atual estudo teve como objetivo analisar e quantificar o medo de água, em pacientes idosos acima dos 60 anos de idade, antes e depois de um atendimento na fisioterapia aquática.

2 MÉTODOS

2.1 TIPOS DE ESTUDO, LOCAL E ÉTICA

O presente estudo é do tipo transversal, quantitativo, de natureza observacional, onde todos os pacientes do grupo foram analisados na cidade de Tubarão, na Clínica Escola de Fisioterapia da Unisul (CEFU). O estudo seguiu a Resolução n. 466/12 do Conselho Nacional de Saúde [11] e foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Unisul sob o Certificado de Apresentação de Apreciação Ética (CAAE) 71057523.3.0000.0261.

2.2 POPULAÇÃO E AMOSTRA

A população do presente estudo é composta por 8 idosos, baseado no cálculo amostral realizado sendo idosos com idade ≥ 60 anos, composto por um único grupo de idosos, através da metodologia de conveniência. Todos os participantes foram convidados diretamente pelos pesquisadores por meio de mídias digitais e via telefone de contato, disponibilizado pela Clínica Escola de Fisioterapia da Unisul (CEFU). Todos os integrantes do grupo que aceitaram participar assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

Foram incluídos na pesquisa todos os idosos com idade igual ou superior a 60 anos, que relatam terem medo da água; e foram excluídos da pesquisa aqueles que possuíram pressão arterial não controlada, diabetes mellitus descompensada, doenças musculoesqueléticas limitantes, feridas abertas, coronariopatias instáveis, tuberculose, infecção urinária, doenças debilitantes graves, insuficiência respiratória grave e entre outras contraindicações para realizar fisioterapia aquática.

2.3 INSTRUMENTOS UTILIZADOS PARA COLETA DE DADOS

Os instrumentos de avaliação utilizados nesta pesquisa foram uma ficha de anamnese fisioterapêutica, escala de ansiedade e o questionário de perguntas fechadas, relacionadas com o medo da água.

A ficha de anamnese fisioterapêutica conteve os dados pessoais do paciente, como: nome; data de nascimento; idade; sexo; altura; peso; telefone; endereço; escolaridade; histórico de doenças; atividades de vida diária; medicamentos; queixas e tabela com os critérios de exclusão.

A escala de ansiedade avaliou onze sintomas, sendo eles: coração disparado/taquicardia; alteração da pressão arterial; pressão cefálica; tontura; desmaio; náusea; boca seca; sudorese; sensação de desfalecer; vômito ou evacuação e cefaleia. Cada um destes sintomas pode ser classificado de acordo com o que o paciente sentiu, podendo ser: nada (0); muito leve (1); leve (2); moderada (3); elevada (4) e intensa (5).

O questionário de medo da água conteve perguntas fechadas, sendo elas: “Quanto de medo você está agora antes de entrar na água?”; “O medo da água já impediu de fazer alguma atividade?”; “Por que tem medo de entrar na água?”; “Já passou por alguma experiência traumática com água?”; “Perdeu alguma pessoa próxima por afogamento ou algo relacionado com a água?”; “Algum familiar possui fobia da água?”; “Possui medo de tomar banho no chuveiro ou sente algum desconforto?”; “Está se sentindo ansioso (a) antes de entrar na piscina?”; “Quanto de medo você sentiu

ao sair da piscina?"; "Está se sentindo mais tranquilo (a) após sair da piscina?"; "Você entraria novamente na água para fazer alguma atividade?"; "Como foi sua experiência na piscina?".

A ficha de anamnese teve o intuito de coletar dados dos pacientes, a fim de identificar os critérios de inclusão e exclusão. Já a escala de ansiedade e o questionário de medo da água foram utilizados a fim de avaliar os sintomas e sensações que o indivíduo com medo da água apresentou antes, durante e após o contato com a água, com finalidade de comparar se o paciente superou ou alcançou uma diminuição do medo da água.

2.4 PROCEDIMENTOS UTILIZADOS NA COLETA DE DADOS

Após a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) os pesquisadores iniciaram a seleção dos pacientes idosos por meio da lista disponibilizada na Clínica Escola de Fisioterapia da Unisul (CEFU) e a divulgação do estudo por meio de mídias digitais e redes sociais bem como nos canais de comunicação oficiais do curso de Fisioterapia e da UNISUL. Inicialmente foi entrado em contato com os pacientes, perguntado via telefone se apresentam os critérios de inclusão, "se tem 60 anos ou mais?" e "se tem medo de água?". Após isso, foram convidados para um encontro presencial na Clínica Escola de Fisioterapia da Unisul (CEFU), onde primeiramente foi preenchido o termo de TCLE e em seguida realizada a anamnese fisioterapêutica e analisados os critérios de exclusão. Posteriormente, o paciente foi encaminhado para a piscina, onde foram aplicados o questionário de medo da água e a escala de ansiedade antes e depois do atendimento fisioterapêutico.

Ao entrar na piscina, primeiramente foi realizada uma ambientação aquática com caminhada segurando na barra fixa nas bordas, conhecendo o local, equipamentos e todo protocolo de segurança fornecido. Em seguida, foram realizados exercícios com foco nos membros inferiores, agachamentos e treino de sentar-se e levantar no degrau da piscina. Após, marcha lateral segurando nas barras fixas. Em seguida foram feitos exercícios resistidos com halteres flutuantes para membros superiores, nos movimentos de abdução e adução de ombro e flexão e extensão de cotovelo. Por fim, foi aplicado o método Watsu, deixando o paciente em flutuação e realizando movimentos rítmicos espirais e rotacionais, manipulações articulares e alongamentos passivos, promovendo relaxamento muscular.

Os atendimentos duraram em torno de 60 minutos, incluindo aferição dos sinais vitais, aplicação do questionário e da escala, apresentação a piscina e atendimento aquático.

2.5 ANÁLISE DOS DADOS

A análise de estatística foi realizada inicialmente por uma tabela dos dados no Excel e transferida para uma tabela no Word, para essa análise estatística. Para comparar os dados, foi utilizado o teste T Student. A caracterização da amostra foi realizada com média, desvio padrão e valor de p. Já os dados quantitativos, foi inicialmente realizado em uma tabela no Excel, transformando em gráfico.

2.7 DESFECHOS

Como desfecho primário, a pesquisa traz a avaliação da aquafobia de pacientes idosos submetidos a um atendimento de fisioterapia aquática na piscina. Como desfechos secundários da pesquisa, inclui a idade dos participantes, patologias associadas e sexo.

3 RESULTADOS

Nessa pesquisa foram avaliados 8 idosos de ambos os sexos (75% mulheres e 25% homens), com idade de ≥ 60 anos (média de $69 \pm 4,6$ anos), com aquafobia. O motivo do medo da água está mostrado na Figura 1.

Figura 1 – Medo da água



O score de medo do paciente antes de entrar na piscina foi representado na Figura 2 onde a pontuação foi de 1 a 10, sendo 10 a nota maior do medo. Nenhum dos pacientes avaliou seu medo com nota 1,3,9 e 10.

Figura 2 – Medo antes de entrar na água



A escala de ansiedade e suas variáveis estão descritos na tabela 1. Os resultados mostram que a comparação dos dados pré vs. pós-intervenção foram estatisticamente significativos em todas as variáveis analisadas. Nenhum dos participantes apresentou aumento de pressão cefálica, desmaio, náusea, sensação de desfalecer, vômito ou evacuação e cefaleia na pré-intervenção e pós-intervenção.

Tabela 1 – Escala de ansiedade

Variável	Pré-intervenção	Pós-intervenção	Valor de p
Sensação de taquicardia	1,75±0,88	0,37±0,51	0,001*
Alteração da pressão arterial	2,00±1,30	0,5±0,5	0,00*
Tontura	0,87±1,12	0,12±0,35	0,09*
Boca seca	1,37±1,30	0,12±0,35	0,02*
Sudorese	1,00±1,19	0,00±0,00	0,03*

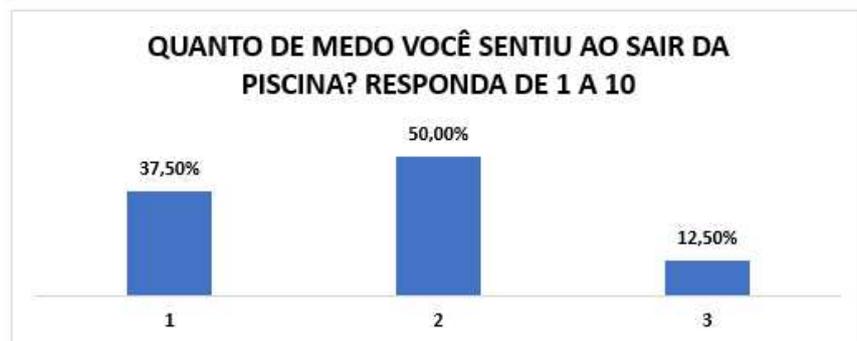
Na tabela 2 estão representados os questionamentos aplicados aos voluntários, onde suas respostas eram sim ou não, e os valores estão expressos em frequência absoluta.

Tabela 2 – Questionário medo da água

PERGUNTAS	PORCENTAGEM	
	SIM	NÃO
O MEDO JÁ TE IMPEDIU DE FAZER ALGUMA ATIVIDADE?	87,50%	12,50%
JÁ PASSOU POR ALGUMA EXPERIENCIA TRAUMÁTICA NA ÁGUA?	50%	50%
PERDEU ALGUMA PESSOA PROXIMA POR AFOGAMENTO OU ALGO RELACIONADO COM A ÁGUA?	37,50%	62,50%
ALGUM FAMILIAR POSSUI FOBIA DA ÁGUA?	37,50%	62,50%
POSSUI MEDO DE TOMAR BANHO NO CHUVEIRO OU SENTE DESCONFORTO?	12,50%	87,50%
ESTÁ SE SENTINDO ANSIOSA (O) ANTES DE ENTRAR NA PISCINA?	62,50%	37,50%
ESTÁ DE SENTINDO MAIS TRANQUILA (O) APÓS SAIR DA PISCINA?	100%	0%
VOCÊ ENTRARIA NOVAMENTE NA ÁGUA PARA FAZER ALGUMA ATIVIDADE?	100%	0%

O quanto de medo o paciente apresentou após sair da piscina está representado na Figura 3, onde a resposta era de 1 a 10, sendo 1 a menor nota para o medo. Nenhum dos pacientes possuiu medo maior que 3.

Figura 3 – Medo ao sair da piscina



Na Figura 4 está representada a experiência do voluntário na piscina o qual possuía como opções péssima, ruim, boa e ótima.

Figura 4 – Experiência na água

4 DISCUSSÃO

O presente estudo teve como resultado a diminuição do medo, ansiedade e melhor aceitação dos participantes da pesquisa a respeito da fisioterapia aquática. Para garantir uma boa experiência na água, como mostra o resultado do estudo, é importante extrair informações detalhadas em relação ao problema, isto pode ser feito numa avaliação inicial da pessoa. De acordo com os resultados obtidos, todos os participantes aprovaram a experiência realizando a fisioterapia aquática. Segundo Pinyol (2002 apud Moreno, 2022), isso pode-se esclarecer pois os primeiros contatos com a água podem gerar sensações desagradáveis, mas, ao vivenciar e dominar todos estes mecanismos, as situações podem ser agradáveis e divertidas [7].

Existem três teorias para as principais razões em que um indivíduo pode desenvolver fobia em relação à água. A primeira, quando o ser humano já nasce com uma salvaguarda, não gosta de experimentar sensações que podem o colocar em perigo. A segunda, pela superproteção dos pais na infância, tornando-se seres humanos inseguros, frágeis e predispostos a fobia. E por último, a terceira teoria seria desenvolvida pelo trauma já vivenciado em algum momento da vida, como afogamentos e mortes de conhecidos ou familiares [6]. Foi possível confirmar que a maioria dos participantes relataram que o medo está relacionado com algum trauma da infância, trauma familiar ou por outros motivos, como uma má experiência na água.

Não é de hoje que o homem carrega um certo medo em relação a água, isso se explica pelo fato de sermos animais terrestres e o ambiente líquido ser um meio diferente do que estamos acostumados. Durante a fase gestacional, a familiaridade humana com o ambiente líquido é íntegra devido ao contato próximo com o líquido amniótico durante a gravidez. Após o nascimento, este contato contínuo com a água é interrompido e a imersão na água torna-se estranha ao corpo [6].

Ao início da intervenção, foi avaliado o medo dos participantes antes de entrar na piscina. A maioria se autoavaliou com muito medo antes do atendimento. Quando o indivíduo se depara ou toca com o objeto fóbico, é possível observar uma exacerbação de ansiedade, sudorese, vertigem, sintomas como taquicardia e respiração acelerada [6]. Como observado, as sensações de sudorese, taquicardia, tontura e boca seca foram reduzidas após a intervenção. Além disso, os outros sintomas da escala de ansiedade não pioraram, o que também é considerado um resultado positivo.

As pessoas que sofrem de aquafobia, tendem a serem afetadas em suas rotinas e vidas cotidianas, limitando-as de realizarem e participarem de um contexto aquático, como entrar em uma piscina e, neste caso, serem submetidas a uma modalidade de tratamento fisioterapêutico [7]. No estudo, isso se comprova com o fato de que, somando a alternativa de extremamente e muito, grande maioria dos pacientes relataram serem impedidos de realizar determinadas atividades por conta da aquafobia. Contrariando tal argumento, apesar de o banho ser uma atividade que envolve água, apenas um dos pacientes respondeu que sente desconforto ao realizá-lo. Metade dos voluntários relataram que já passaram por uma experiência traumática na água, sendo por afogamentos, perdas de pessoas na água e uma má experiência no ambiente aquático. Indagados se algum familiar possui fobia à água, pode observar que a maioria dos voluntários não obtiveram esse medo por meio familiar. Quando questionados sobre estarem ansiosos antes de iniciar a atividade, a maior parte dos voluntários responderam que sim. Isso se justifica, pois, estes indivíduos, quando submetidos ao meio aquático, podem apresentar os sinais e sintomas citados acima.

Já ao final da intervenção, foram inquiridos como estavam se sentindo mais tranquilos ao sair da piscina e se entrariam novamente na água para fazer alguma atividade, todos participantes responderam que sim. Outra questão importante, foi sobre a experiência relatada ao sair da piscina, os indivíduos responderam que a experiência foi ótima e boa, não foi obtida nenhuma experiência negativa, deixando nulas as opções ruim e péssima.

Com os resultados citados acima, observa-se que com uma boa experiência vivenciada no ambiente aquático é provável que o paciente se sinta à vontade para retornar a realizar a atividade, além de, por unanimidade, os voluntários do estudo saírem mais tranquilos e menos ansiosos da dinâmica.

Posto que alguns dos idosos relataram doenças diversas, como dores, artrose, espondilolistese, epilepsia e condromalácia patelar, cita-se como benefícios da hidroterapia a diminuição da rigidez articular, promoção do fortalecimento muscular, estimulação de equilíbrio e coordenação, relaxamento muscular, aumento da amplitude

de movimento, analgesia, melhora do sistema cardiopulmonar, redução da força gravitacional nas articulações, minimizar espasmos musculares e entre outros [12]. Sendo assim, a fisioterapia aquática torna-se uma grande aliada no tratamento de tais patologias ao diminuir a aquafobia.

5 CONCLUSÃO

O estudo demonstrou que os pacientes submetidos a um atendimento na fisioterapia aquática obtiveram uma redução significativa no nível de medo. Além disso, resultou na diminuição da ansiedade, uma vez que, a maioria dos participantes afirmou que retornariam ao ambiente aquático, adicionando mais uma forma de tratamento para essa população que geralmente é mais acometida por comorbidades.

Diante do exposto, sugere-se que mais experiências no ambiente aquático poderiam fazer com que os indivíduos perdessem totalmente o medo da água. O estudo apresentou como limitações o curto tempo de coleta, a dificuldade de achar pacientes dispostos a enfrentar o medo, o que pode ter prejudicado as análises estatísticas.

Além disto, devido ao assunto ser pouco explorado, sugere-se novos estudos sejam feitos para poder aprimorar a aquafobia desta população que até então não fazia o uso da fisioterapia aquática.

Vinculação acadêmica

Trabalho de conclusão de curso de graduação em fisioterapia da Universidade do Sul de Santa Catarina UNISUL/Tubarão.

Conflitos de interesse

Não há conflitos de interesse.

Fontes de financiamento

Os autores.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho da pesquisa: Oliveira ACF, Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF; *Coleta de dados:* Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF; *Análise e interpretação dos dados:* Bobinski F, Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF; *Análise estatística:* Oliveira ACF, Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF; *Redação do manuscrito:* Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF;

Revisão crítica do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante: Bobinski F, Schumacher SW, Costa MAO, Pazini IF, Feuser LF.

REFERÊNCIAS

1. Francisco, P. M. S. B., Assumpção, D. de, Borim, F. S. A., Bacurau, A. G. de M., & Malta, D. C. (2021). Baixo peso em idosos segundo idade e pontos de corte do Índice de Massa Corporal. *Cadernos Saúde Coletiva*, 29(2), 246–250. <https://doi.org/10.1590/1414-462x202129020623>
2. Angelo, F. de A., Maia, P. A. F., Maranhão, D. C. M., Silva, J. D. de A., & Pirauá, A. L. T. (2022) Correlação entre preocupação em cair e aptidão muscular funcional em idosos comunitários. *Fisioterapia Em Movimento*, 35. <https://doi.org/10.1590/fm.2022.35116.0>
3. Mei, N., & Chang, Y. (2023). Effect of aerobic exercise on physical function indices in the elderly. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 29. https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0236
4. Pianna, B., Alcalde, G. E., Carnavale, B. F., Zamunér, A. R., & Arca, E. A. (2019). Fisioterapia aquática no aumento da força muscular em idosas com doenças crônicas não transmissíveis: estudo piloto. *Fisioterapia Brasil*, 20(3), 348–356. <https://doi.org/10.33233/fb.v20i3.2744>
5. Garbi FP, Rocha Júnior PR, Pontes N de S, Oliveira A de, Barduzzi G de O, Boas PJFV. Aquatic physiotherapy in the functional capacity of elderly with knee osteoarthritis. *Fisioter mov* [Internet]. (2021);34:e34119. Available from: <https://doi.org/10.1590/fm.2021.34119>
6. LLAFA – Liga Latino-Americana de Fisioterapia Aquática. Medo de água – Aquafobia – Hidrofobia. [s.d.] Disponível em: <https://acquabrasil.org/halliwick/medo-de-agua-aquafobia-hidrofobia/>. Acesso em: 26 jan. 2023.
7. Moreno-Murcia, J. A.. Medo do meio aquático. AIDEA. (2022) Disponível em: <http://asociacionaidea.com/recursos/recursospedagogicos/>
8. CREFITO 15. Fisioterapia Aquática: prevenção e reabilitação através da água. (2017). Disponível em: <https://www.crefito15.org.br/fisioterapia-aquatica-prevencao-e-reabilitacao-atraves-da-agua/>. Acesso em: 23 jan. 2023.
9. COFFITO. RESOLUÇÃO Nº 443, DE 3 DE SETEMBRO DE 2014. (2014). Disponível em: <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=3205>. Acesso em: 23 jan. 2023.
10. Alonso-Rodríguez AM, Sánchez-Herrero H, Nunes-Hernández S, Criado-Fernández B, González-López S, Solís-Muñoz M. [Efficacy of hydrotherapy versus gym treatment in primary total knee prosthesis due to osteoarthritis: a randomized controlled trial]. *An Sist Sanit Navar*. (2021) Aug 20;44(2):225-241. Spanish. doi: 10.23938/ASSN.0963. PMID: 34165447; PMCID: PMC10019546.

11. Ministério da Saúde, Conselho Nacional de Saúde. Resolução Nº 466, de 12 de dezembro de 2012. (2012).
12. CREFITO – Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional. Conheça os benefícios da fisioterapia aquática. (2014) Disponível em:
<https://www.crefito13.org.br/noticias/conheca-os-beneficios-da-fisioterapia-aquatica/357>.
Acesso em: 29 jan. 2023.