



## IMPORTÂNCIA DA HIDROTERAPIA NO TRATAMENTO DA ARTROSE

Eliene da Silva Dias<sup>1</sup>  
André Teixeira da Silva<sup>2</sup>  
Elizabeth Cristina Ávila Araújo<sup>3</sup>  
Jeronimo Augusto de Alvarenga Neto<sup>4</sup>  
Thaísa Santana Thaddeu<sup>5</sup>  
Daniel Andrade Duizith<sup>6</sup>

Palavra-chave: Artrose, Hidroterapia, Tratamento.

**INTRODUÇÃO** - Artrose, é uma doença reumática, ocorre com a perda da cartilagem articular e tem os sintomas de dores de algumas articulações ficam em deformidades, afeta as articulações sinoviais, caracterizando-se por quadro clínico de dor, limitação da amplitude de movimento principalmente a de sustentação corporal e as extremidades inferiores e da coluna e está associada a idade avançada, obesidade e traumatismo. Quando não tratada adequadamente, pode ser extremamente incapacitante, principalmente pelo quadro clínico que a patologia sugere. Com o auxílio da hidroterapia que é um tratamento com finalidade terapêutica realizado em piscina aquecida e coberta, em ambiente seguro, conduzido por fisioterapeutas qualificados. Podemos utilizar técnicas para o tratamento da artrose com o objetivo de prevenção de doenças e reabilitação física que promovem relaxamento, redução da dor e da inflamação, melhorando a funcionalidade dos movimentos e a qualidade de vida do paciente. **OBJETIVO** - A presente pesquisa teve como objetivo geral apresentar uma revisão da literatura sobre a importância da hidroterapia no tratamento da artrose. **METODOLOGIA** - O presente estudo possui delineamento de revisão bibliográfica realizada no período de setembro de 2016, pesquisadas em palavras chaves: Artrose, Hidroterapia, Tratamento, baseadas em publicações de artigos científicos, entre os anos de 2006 a 2016, nos bancos de dados da Scielo e Google Acadêmico. **RESULTADOS E DISCUSSÃO** - As hidroterapias possuem exercícios em água aquecida, que promove um aumento da circulação periférica, melhorando o suprimento sanguíneo para a musculatura e ocorrendo aumento da frequência cardíaca, bem como a diminuição da pressão arterial. O relaxamento e a redução da dor resultam de sobrecarga sensorial ocasionada pela flutuabilidade, pressão hidrostática, viscosidade, temperatura e turbulência, os benefícios da água é a possibilidade de realizar movimentos sem causar impacto sobre as articulações e os tendões. A hidroterapia no tratamento da artrose, vai utilizar as técnicas de alongamentos, exercícios isolados de membros superiores, membros inferiores e troncos para fortalecimento e ganho de amplitude de movimento, técnicas passivas, ativo-assistidas, ativas e resistidas, isométricas e isotônicas, treino de marcha e propriocepção assim aumentando a produção de líquido sinovial lubrificando as articulações. É contraindicado em caso de dor no movimento articular severa e destruição articular, nessa situação pode piorar e ser desagradável ao paciente. **CONCLUSÃO** - A hidroterapia é fundamental neste tratamento, pois evidencia segurança e confiança das técnicas que serão aplicadas em seu paciente e mostrando assim sua conduta e seus objetivos mais adequados para o tratamento deste paciente que tem uma patologia degenerativa e principalmente crônica. O Objetivo no tratamento da artrose na hidroterapia mostra que as pessoas que sofrem dessa patologia, podem e voltam a fazer suas atividades de vidas diárias, porém com moderação devido à restrição da doença que está instalado em seu corpo.

## REFERÊNCIAS

- MAGALHÃES, C. M. M.; Eficácia da hidroterapia no tratamento da osteoartrite do joelho: uma revisão bibliográfica. Disponível em: <[http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/33/236\\_-\\_Eficácia\\_da\\_hidroterapia\\_no\\_tratamento\\_da\\_osteoartrite\\_do\\_joelho\\_uma\\_revisão\\_bibliográfica.pdf](http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/33/236_-_Eficácia_da_hidroterapia_no_tratamento_da_osteoartrite_do_joelho_uma_revisão_bibliográfica.pdf)> Acesso em 23 de setembro de 2016.
- OLIVEIRA, V. G.; Hidroterapia como tratamento fisioterapêutico de osteoartrite de quadril utilizando o método bad ragaz. Disponível em: <[http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/33/175\\_-\\_Hidroterapia\\_como\\_tratamento\\_fisioterapêutico\\_de\\_osteoartrite\\_de.pdf](http://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/33/175_-_Hidroterapia_como_tratamento_fisioterapêutico_de_osteoartrite_de.pdf)> Acesso em 23 de setembro de 2016.

<sup>1, 2, 3, e 5</sup> Acadêmicos do 6º período no curso de Fisioterapia, CEULJI/ULBRA. E-mail: guitar\_22\_@hotmail.com<sup>1</sup>, elie-neg@hotmail.com<sup>2</sup>, elizabeth\_opo@hotmail.com<sup>3</sup>, thaísa.sanatana2007@hotmail.com<sup>5</sup>

<sup>4</sup> Acadêmico do 8º período no curso de Fisioterapia, CEULJI/ULBRA. E-mail: jeronimoaneto@icloud.com;

<sup>6</sup> Profº orientador, fisioterapeuta, Ms. em saúde coletiva e docente no curso de Fisioterapia, CEULJI/ULBRA. E-mail: duizith@yahoo.com.br;