

ÁGUAS QUE CUIDAM: EXPERIÊNCIA DE HIDROTERAPIA NO MAR DURANTE A RESIDÊNCIA EM SAÚDE DA FAMÍLIA.

Fisioterapia; Atenção Primária à Saúde; Território

Introdução

A Fisioterapia desempenha papel importante na promoção da funcionalidade, prevenção de incapacidades e melhoria da qualidade de vida dos usuários acompanhados na Atenção Primária à Saúde. Nesse contexto, a utilização de recursos presentes no território pode ampliar as possibilidades terapêuticas e favorecer a adesão às intervenções propostas. O ambiente aquático natural apresenta características que auxiliam na execução de movimentos, proporcionam conforto e possibilitam experiências de cuidado integradas ao contexto de vida dos usuários. Este relato tem como objetivo descrever uma experiência de realização de exercícios fisioterapêuticos no mar com usuários acompanhados pela equipe de saúde.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido por residentes da área da saúde com usuários acompanhados na Atenção Primária à Saúde. A atividade consistiu na realização de exercícios fisioterapêuticos em ambiente marinho, contemplando atividades voltadas à mobilidade, equilíbrio, coordenação motora e condicionamento funcional. Foram exploradas as propriedades da água, como flutuação e resistência, para facilitar a execução dos movimentos e proporcionar maior segurança e conforto aos participantes. A escolha do mar como cenário terapêutico considerou sua acessibilidade e sua presença no cotidiano dos usuários, favorecendo a utilização de um recurso já incorporado ao território.

Resultados / Discussão

A experiência demonstrou elevada aceitação pelos participantes, que se mostraram motivados e envolvidos durante toda a atividade. O ambiente marinho favoreceu a realização dos exercícios de forma agradável e acolhedora, contribuindo para maior participação dos usuários e fortalecimento do vínculo com a equipe de saúde. Observou-se que a utilização de um espaço familiar aos participantes possibilitou a ressignificação do território como local de cuidado, ampliando a percepção sobre as possibilidades terapêuticas existentes na própria comunidade. Além dos benefícios relacionados à movimentação corporal, a atividade proporcionou momentos de interação, lazer e bem-estar, aspectos fundamentais para uma abordagem integral do cuidado. O contato com a natureza mostrou-se um elemento potencializador da intervenção, promovendo relaxamento, satisfação e maior engajamento dos participantes. Como momento marcante da vivência, ao término da atividade foi observado um cavalo-marinho em seu habitat natural, despertando curiosidade, encantamento e entusiasmo entre os participantes, tornando a experiência ainda mais significativa e fortalecendo a conexão entre saúde, território e meio ambiente.

Considerações Finais

A realização de exercícios fisioterapêuticos no mar mostrou-se uma estratégia viável, acessível e bem aceita pelos usuários, contribuindo para o cuidado integral e para o fortalecimento das ações desenvolvidas na Atenção Primária à Saúde. A experiência evidencia o potencial dos recursos naturais presentes no território como ferramentas terapêuticas capazes de qualificar o cuidado, favorecer o vínculo com os usuários e ampliar as possibilidades de atuação da Fisioterapia em contextos comunitários.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB). Brasília: Ministério da Saúde, 2017. GOMES, C. S. F. Talassoterapia. Revista de Ciência Elementar, v. 9, n. 4, 2021.