

UNILEÃO  
CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

THAYNÁ FERREIRA DA SILVA

**PERCEPÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA  
AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A  
PELE**

JUAZEIRO DO NORTE – CE  
2024

THAYNÁ FERREIRA DA SILVA

**PERCEPÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA  
AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A  
PELE**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Fisioterapia do Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharelado.

Orientador: Prof. Esp. Paulo César de Mendonça.

JUAZEIRO DO NORTE – CE  
2024

THAYNÁ FERREIRA DA SILVA

**PERCEÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA  
AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A  
PELE**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado à Coordenação de graduação em fisioterapia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para obtenção do grau de fisioterapia.

DATA DA APROVAÇÃO: 16 / 12 / 2024

**BANCA EXAMINADORA**

Orientador: Prof. Esp. Paulo César de Mendonça

Membro: Prof. Me. Aurélio Dias Santos

Membro: Prof. Esp. Thiago Santos Batista

JUAZEIRO DO NORTE – CE  
2024

## RESUMO

A terapia aquática utiliza a água aquecida como meio para realização dos exercícios e tratamentos de diversas disfunções. Sabe-se que o contato excessivo da pele com a água com cloro pode causar alterações dermatológicas e assim entender quais são as possíveis alterações e como controlá-las é de extrema importância quando se trata de saúde e bem estar. Analisar a percepção de indivíduos que realizam terapia aquática regularmente sobre os cuidados com a pele. A presente pesquisa trata-se de um relato de experiência, com pesquisa de campo, observacional de corte transversal, descritivo e de abordagem quantitativa, sendo desenvolvida por meio da formulação de um questionário constituído por vinte e cinco perguntas, para que assim seja possível identificar qual a percepção dos indivíduos que realizam terapia aquática regularmente sobre os cuidados com a pele. Após análise, os resultados mostraram que dos 20 participantes 80% são mulheres e 55% possuem entre 35-59 anos. 30% procuraram a terapia aquática para alívio de dores e 25% devido o diagnóstico de fibromialgia. De acordo com a rotina antes terapia aquática, 75% ingerem mais de 1l de água, 55% fazem uso de hidratante. Na rotina pós atendimento, 80% tomam banho logo que saem da piscina, 90% não fazem uso de um sabonete específico, 75% fazem uso de hidratante corporal e 80% ingerem mais de 1l de água. E com relação as alterações cutâneas 46% relataram o ressecamento como uma alteração observada e 31% relataram a coceira como a segunda alteração mais evidente. Portanto, observou-se que a prática regular da fisioterapia aquática pode sim acarretar alterações dermatológicas, sendo o ressecamento da pele a alteração mais recorrente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Terapia aquática, Pele, Alterações dermatológicas

### 1. INTRODUÇÃO

A terapia aquática é uma prática terapêutica que utiliza a água como meio para a realização de exercícios e tratamentos. Este método tem sido empregado ao longo da história em diversas culturas devido aos seus inúmeros benefícios para a saúde. Desde as antigas civilizações gregas e romanas, onde banhos e atividades em águas termais eram comuns, até os dias atuais, a fisioterapia aquática tem evoluído e se consolidado como uma modalidade eficaz de tratamento fisioterapêutico, visto que envolve a realização de exercícios em piscinas aquecidas e controladas, proporcionando um ambiente de baixo impacto que facilita a mobilidade e reduz a carga sobre as articulações (Marques *et al.*, 2017).

A combinação das propriedades físicas da água com o aumento da temperatura oferece benefícios significativos para indivíduos com condições crônicas, lesões musculoesqueléticas, problemas neurológicos, doenças reumáticas, problemas cardiorrespiratórios, disfunções pediátricas e outras doenças que limitam a capacidade de movimento e causam dor. Essa junção proporciona alívio da dor, melhora da mobilidade, fortalecimento muscular e relaxamento, além de promover a circulação sanguínea e o bem-estar geral (Miranda *et al.*, 2018).

Contudo, a exposição frequente à água, especialmente em piscinas tratadas com produtos químicos como o cloro, pode ter impactos significativos na saúde da pele. A pele, sendo o maior órgão do corpo humano, serve como uma barreira protetora contra agentes externos e a interação constante com a água e os produtos químicos pode resultar em ressecamento, irritações e até condições dermatológicas mais graves, dependendo da frequência e da duração das sessões de terapia aquática (Antunes; Carvalho, 2021).

Segundo a Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD), é fundamental manter cuidados adequados com a pele como por exemplo manter uma boa hidratação cutânea e sistêmica, evitar exposição ao sol sem uso de proteção contra os raios ultravioletas, higienizar de forma correta após contato com agentes altamente irritativos à pele para prevenir problemas e garantir uma boa saúde dermatológica. Saber quais cuidados devemos ter com a pele é essencial não apenas para manter sua aparência estética, mas, principalmente, para garantir sua saúde e funcionalidade. Portanto, a educação sobre cuidados com a pele deve ser uma prioridade tanto na prevenção quanto na manutenção da saúde dermatológica, especialmente para aqueles expostos a fatores que podem comprometê-la, como os praticantes de terapia aquática (Sociedade Brasileira de Dermatologia).

A água é utilizada com fins terapêuticos desde a antiguidade e, com o avançar dos anos, observa-se uma crescente procura por terapias aquáticas para tratar diversas patologias. Entretanto, o contato excessivo da água com ativos químicos sobre a pele pode desencadear alterações como ressecamento, dermatites, prurido, manchas e dessa forma, surge o questionamento: será que a população que faz uso regular da terapia aquática tem a preocupação de cuidar da pele antes e após a exposição à água da piscina terapêutica?

Esse estudo se justifica pelo interesse da pesquisadora sendo duas áreas de grande afinidade nas quais pode ter a oportunidade de participar do projeto de extensão e vivenciar atendimentos durante seis meses. Dessa forma surgiu a curiosidade e o interesse de compreender como os pacientes tinham o cuidado com a pele antes e após a exposição frequente a água da piscina e, ainda, se sabiam que as alterações cutâneas poderiam vir a acontecer devido os aditivos da água. Aproveitando a afinidade com a área da dermatofuncional, a pesquisadora teve o interesse despertado visto que, os cuidados com a pele podem melhorar a autoestima dos pacientes assim como permite que a pesquisadora aprofunde os seus conhecimentos na fisioterapia aquática.

Esta pesquisa objetiva analisar a percepção de indivíduos que realizam terapia aquática regularmente sobre os cuidados com a pele, bem como apresenta como objetivos específicos: identificar as alterações da pele após o uso da piscina; conhecer as estratégias utilizadas pelo paciente sobre os cuidados com a pele antes e após o uso da terapia aquática; promover conscientização sobre a necessidade dos cuidados com a pele em pacientes que praticam regularmente terapia aquática;

## **2. DESENVOLVIMENTO**

### **2.1. METODOLOGIA**

A presente pesquisa trata-se de um estudo de campo com cunho observacional, através de um relato de experiência vinculado ao estágio supervisionado em Fisioterapia Aquática, supervisionado pelo professor responsável do setor. Descreve-se como um relato de experiência sob uma abordagem metodológica, onde o relato consiste em uma narrativa descritiva na qual o autor compartilha, por escrito, um evento vivenciado diretamente. Tal formato integra a prática vivida com fundamentos teóricos, proporcionando a transmissão de conhecimento com suporte científico (Grollmus; Tarrés, 2015). Segundo Estrela (2018) proporciona uma elevada contribuição para a compreensão do nível de conhecimento dos pacientes da fisioterapia aquática correlacionado o uso frequente da terapia aquática e os cuidados com a pele apresentando uma abordagem qualitativa de corte

transversal, Lakatos (2021) mostra a possibilidade de apresentar a percepção sobre os cuidados necessários com a pele após uso frequente da terapia aquática por meio da natureza descritiva.

O estudo em questão foi desenvolvido de forma presencial através da disposição de um questionário impresso sendo executado a coleta de dados durante o estágio supervisionado no período de setembro a outubro de 2024 no setor de fisioterapia aquática em uma instituição de ensino em Juazeiro do Norte-CE.

A amostra dirigiu-se a pacientes do setor da fisioterapia aquática da Clínica Escola sendo considerado uma população bem delimitada de pesquisa por meio de cotas, com um número amostral de 20 pacientes ativos que frequentam regularmente a clínica escola sendo a população selecionada.

Foram incluídas pacientes da Fisioterapia Aquática independente de sexo, com idade entre 18 e 59 anos, que não apresentava disfunções de pele comprovada como dermatite de contato e dermatite seborreica, que praticava terapia aquática por mais de 2 meses sendo no mínimo 1 atendimento por semana. Obtendo como critério de exclusão para participação do estudo pacientes com doenças reumáticas que envolvesse problemas teciduais da pele como por exemplo a esclerodermia, lúpus eritematoso sistêmico e artrite reumatoide, que tivesse mais de 3 semanas sem nenhum atendimento, não apresentasse condições psíquicas para responder o questionário, e que não preenchesse o questionário completo.

A pesquisa em questão foi desenvolvida por meio da formulação de um questionário constituído de vinte e cinco perguntas, para que assim fosse possível identificar quais os cuidados com a pele os pacientes da Fisioterapia Aquática que participam regularmente da terapia aquática possuíam e assim foi possível apresentar a importância e efetividade do cuidado integral, na qual a pesquisadora disponibilizou de forma presencial o questionário para preenchimento.

A coleta de dados teve como procedimento cinco etapas, sendo a 1ª Etapa: Realizado o alinhamento com o preceptor responsável pelo setor da Fisioterapia Aquática da Clínica Escola, através das fichas de avaliação, quais pacientes atendiam aos critérios de inclusão da pesquisa, para dessa forma termos uma pré-seleção dos possíveis participantes.

2ª etapa: Após dialogar sobre como aconteceria a pesquisa com os pacientes da Fisioterapia Aquática que se enquadraram nos critérios de inclusão e desejaram participar do estudo, no questionário continha uma parte destinada ao termo de consentimento livre esclarecido - TCLE (Anexo I), onde em primeira instância deveria ser realizado a sua leitura e após obter ciência do cunho da pesquisa e de seus objetivos validarem o termo de consentimento pós esclarecido – TCPE (Anexo II). De forma exclusiva, quando houve a devida validação do TCPE foi possível seguir para a próxima etapa do questionário.

3ª etapa: As perguntas do questionário (Apêndice 01) foram coletadas de forma presencial. O questionário foi aplicado em uma sala reservada aonde teve a presença apenas da participante e da pesquisadora para que a paciente não se sentisse constrangida e ficasse à vontade durante o processo de resolução das perguntas. O questionário foi dividido em tópicos no qual inicialmente foram realizadas perguntas referentes ao perfil sócio demográfico do participante como: idade, sexo, estado civil, filhos, profissão, escolaridade, tipo de moradia, saneamento básico. No segundo tópico foram abordadas perguntas relacionadas a participação do paciente na terapia aquática como: há quanto tempo pratica esse tipo de atividade, quantidade de atendimentos por semana, motivo pelo qual buscou atendimento no setor. Em seguida, no terceiro tópico foram apresentadas questões referentes a rotina da paciente antes do atendimento no setor da fisioterapia aquática como: se faz uso de protetor solar, uso de produtos hidratante corporal, uso de produtos capilares, uso de touca durante o atendimento, qual o tipo de vestimenta utiliza durante a terapia, quantos litros de água bebe antes da terapia, molha o corpo antes de entrar na piscina. Por fim, foram feitas perguntas destinadas a rotina após o atendimento como: toma banho quanto tempo após a terapia, banho com água quente ou água fria, usa algum hidratante corporal, usa algum tipo de sabonete específico, faz uso de protetor solar, faz ingestão de quantos litros de água, percebe alguma alteração na pele, se sim qual e a quanto tempo.

4ª: Após aplicação dos questionários, os mesmos foram tabulados e analisados a partir dos programas Microsoft Office Excel 2010 sujeito a testes estáticos e apresentados nos resultados do presente estudo.

5ª: Por fim, a partir da análise das respostas coletadas dos pacientes participantes da pesquisa, foi elaborado um painel informativo. Esse painel foi

afixado nas paredes do setor de terapia aquática da instituição de ensino onde a pesquisa foi conduzida e obtinha orientações sobre o cuidado com a pele e dicas importantes a serem seguidas antes e após a terapia aquática para manter a pele saudável.

A pesquisa supracitada apresentou riscos mínimos para os indivíduos participantes como a quebra de sigilo, constrangimento e desconforto. No entanto, os riscos foram minimizados através da não identificação do participante quanto ao seu nome, visto que o paciente foi identificado apenas por números de acordo com a ordem de aplicação do questionário e não houve a coleta do nome ou siglas. Os dados foram coletados em um ambiente com cadeiras e mesas reservado, fechado, com boa iluminação, temperatura e ventilação no qual continha apenas a presença do participante e da pesquisadora como forma de deixar o paciente à vontade e confortável para a coleta dos dados. Porém, caso algum participante durante a entrevista ou ao final da mesma apresentasse algum desconforto ou memórias negativas que fizessem com que o paciente não quisesse mais participar da pesquisa, o mesmo seria excluído do estudo. Diante de todos esses cuidados caso algum participante necessitasse de um apoio psicológico ou médico todo o custeio seria feito por parte da pesquisadora que o encaminharia para o centro de apoio psicológico dentro da Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próximo da sua residência para possibilitar um melhor acesso e conforto ao participante.

Os benefícios desse estudo foram tabulados de forma mais específica onde foi possível identificar o perfil dos pacientes que frequentam regularmente a terapia aquática e como os mesmos cuidam da sua pele antes e após a exposição a água da piscina, proporcionar e trazer para a população em geral da área da saúde, bem como aos pacientes e acadêmicos da área da fisioterapia, o conhecimento relacionado a necessidade de entender as possíveis alterações cutâneas após o uso frequente da terapia aquática, de modo que enfatiza-se através desta temática a importância da prática de cuidados com a pele como forma de prevenir o aparecimento de alterações cutâneas, problemas dermatológicos e possíveis sinais de envelhecimento precoce. Posteriormente a esse mesmo estudo foi elencado, construído um encarte informativo e colocado nas proximidades do setor com os resultados da

pesquisa e com orientações sobre os cuidados com a pele pré e pós intervenção aquática.

Foi informado aos participantes que os dados provenientes do estudo estariam em posse apenas da autora da pesquisa e no momento da publicação dos resultados do estudo em periódicos e/ou em eventos científicos nacionais e/ou internacionais seriam mantidos em sigilo quanto à identidade dos participantes.

Os dados obtidos foram tabulados e analisados a partir dos programas Microsoft Office Excel 2010. Em seguida, os resultados foram agrupados em tabelas com cada informação das participantes, com isso ficou mais explícito o entendimento da pesquisa com os cálculos estatísticos.

## 2.2 RESULTADOS

Constituiu parte desta presente pesquisa um N amostral de 20 participantes, na qual de acordo com a problemática os mesmos responderam de forma livre esclarecida o questionário apresentado de forma impressa.

De acordo com o perfil sociodemográfico (Tabela 1) foram identificadas que 16 participantes (80%) eram mulheres e 4 (20%) eram homens. Em relação a idade 3 (15%) tem entre 18 anos e 35 anos, 11 (55%) tem entre 36 anos e 59 anos e 6 (30%) tem mais de 60 anos e essa é uma falha do estudo, visto que, no início foi predeterminado uma idade que não contava com pessoas com mais de 60 anos e ao fazer a pesquisa foi necessário incluí-las tendo em vista que a população maior dos pacientes da fisioterapia aquática tem mais de 60 anos. No que diz respeito o estado civil 6 (30%) são casados, 9 (55%) são solteiros e 5 (45%) são viúvos. Quando questionados em relação ao saneamento básico 12 (60%) responderam sim e 8 (40%) não. De acordo com a tabela abaixo (tabela 1).

**Tabela 1-** Características do perfil da amostra

<b>Variável</b>	<b>Categorias</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Sexo	Feminino	16	80%
	Masculino	4	20%
Idade	Entre 18 a 35 anos	3	15%
	Entre 36 a 59 anos	11	55%
	>60	6	30%
Estado civil	Casado (a)	6	30%
	Solteiro (a)	9	55%
	Viúvo(a)	5	45%
Saneamento básico	Sim	12	60%
	Não	8	40%
<b>Total</b>	<b>Pacientes</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

Na tabela abaixo (Tabela 2) de acordo com participação na terapia aquática pode-se evidenciar que 7 (35%) praticam terapia aquática entre 2 meses a um ano, 5 (25%) praticam entre 2 anos e 5 anos e 8 (45%) praticam terapia aquática a mais de 5 anos. Com relação ao motivo pelo qual os participantes buscaram atendimento no setor da fisioterapia aquática 6 (30%) afirmam ter sido por conta de dor, 5 (25%) devido a fibromialgia, 3 (15%) artrose, 3 (15%) escoliose, 1 (5%) sacroileíte, 1 (5%) pós operatório e 1 (5%) AVC. Quanto ao número de atendimentos por semana todos os participantes praticam terapia aquática 2 vezes na semana.

**Tabela 2-** Participação na terapia aquática

<b>Variável</b>	<b>Categorias</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Tempo que pratica terapia aquática	2m a 1ano	7	35%
	2 anos a 5 anos	5	25%
	>5 anos	8	45%
Motivo pelo qual buscou a terapia aquática	Dor	6	30%
	Fibromialgia	5	25%
	Artrose	3	15%
	Escoliose	3	15%
	Sacroileíte	1	5%
	Pós operatório	1	5%
	AVC	1	5%
Frequência semanal	2x semana	20	100%
<b>Total</b>	<b>Pacientes</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

De acordo com a rotina dos pacientes antes da terapia aquática (Tabela 3) 9 (45%) usam hidratante e 11 (55%) não fazem uso de hidratante antes do

atendimento. 3 (25%) afirmam beber menos de 1l de água e 11 (75%) afirmam beber mais de 1l de água. Quanto ao uso do protetor solar 9 (45%) fazem uso e 11 (55%) não fazem uso do protetor solar. Em relação a molhar o corpo antes de entrar na piscina 12 (60%) responderam que se molham e 8 (40%) responderam que não se molham antes de entrar na piscina.

**Tabela 3-** Rotina antes da terapia aquática

<b>Variável</b>	<b>Categorias</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Faz uso de hidratante	Sim	9	45%
	Não	11	55%
Ingestão de água	<1L	5	25%
	>1L	15	75%
Faz uso de protetor solar	Sim	9	45%
	Não	11	55%
Molha o corpo antes de entrar na piscina	Sim	12	60%
	Não	8	40%
<b>Total</b>	<b>Pacientes</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

**Tabela 4-** Rotina pós terapia aquática

<b>Variável</b>	<b>Categorias</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
Toma banho logo após sair da piscina	Sim	16	80%
	Não	4	20%
Qual temperatura da água	Quente	3	19%
	Fria	13	81%
Faz uso de um sabonete específico	Sim	2	10%
	Não	18	90%
Faz uso de hidratante	Sim	15	75%
	Não	5	25%
Ingestão de água	<1L	4	20%
	>1L	16	80%
<b>Total</b>	<b>Pacientes</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

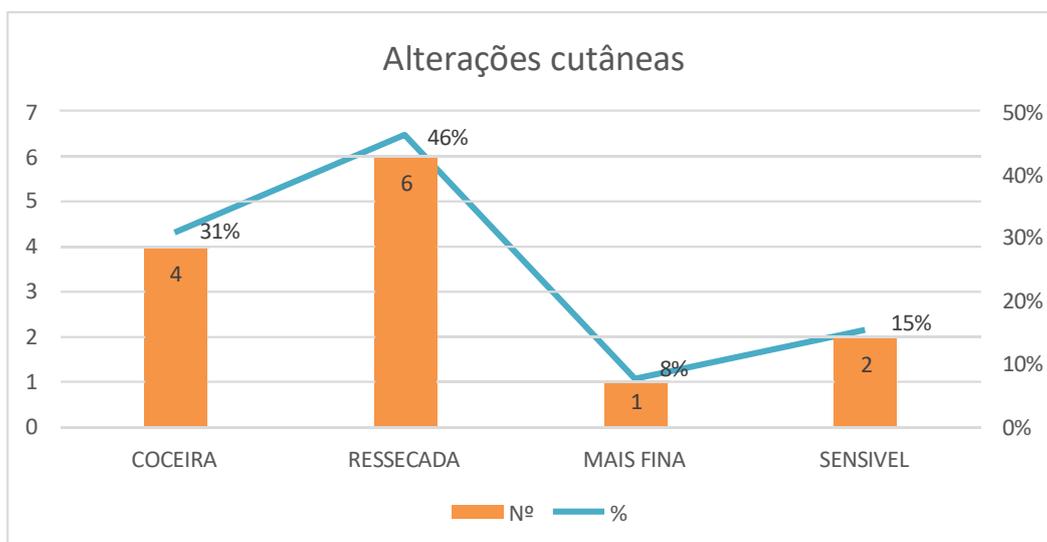
Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

A Tabela acima (tabela 4) aponta os resultados das perguntas referentes a rotina dos pacientes pós terapia aquática e dessa forma, 16 (80%) tomam banho logo que saem da piscina e 4 (20%) não tomam banho logo após. Dos que afirmaram tomar banho logo após sair da piscina, 3 (19%) tomam banho com a água fria e 13 (81%) tomam banho com a água quente. Ao perguntar se eles faziam uso de algum tipo de sabonete específico 2 (10%) responderam fazer uso e 18 (90%) não fazem uso. Quanto ao uso de hidratante 15 (75%) responderam fazer uso e 5 (25%) não fazem uso. Em relação a quantidade de

água ingerida, 4 (20%) afirmam beber menos que 1l de água e 16 (80%) afirmam beber mais de 1l de água pós atendimento.

Por fim, (Gráfico 1) foi possível identificar que dos 20 pacientes que responderam o questionário, 13 (65%) perceberam alterações cutâneas e entre essas alterações cutâneas, 4 (31%) citaram a coceira como uma alteração, 6 (46%) o ressecamento, 2 (15%) a pele mais sensível e 1 (8%) a pele mais fina.

**Gráfico 1 – Alterações cutâneas**



Fonte: Dados da pesquisa, 2024.

De acordo com o objetivo obteve-se que, dos 20 participantes avaliados, 18 (90%) não fazem uso de um sabonete específico para o corpo com ação hidratante e 13 (65%) apresentaram algum tipo de alteração cutânea após o início da prática da terapia aquática, conforme evidenciado pelos resultados do questionário aplicado. A alteração cutânea mais prevalente nas respostas com 46% foi o ressecamento da pele e em seguida com 31% foi a coceira.

### 2.3. DISCUSSÃO

Com base nos dados obtidos neste estudo, obtém-se uma maior prevalência de mulheres entre os participantes, predominantemente na faixa etária de 35 a 59 anos. Do total, 55% dos participantes se identificaram como solteiros e 60% afirmaram acesso ao saneamento básico. Esses resultados corroboram as observações de Silva (2019), que apontam uma maior tendência

das mulheres, especialmente as mais jovens, em buscar cuidados com a saúde e tratamentos para suas condições clínicas. No presente estudo, essa tendência é evidenciada pela predominância feminina em terapias aquáticas, representando 80% da amostra, enquanto os homens corresponderam a 20%. Esses resultados reforçam o maior envolvimento das mulheres em atividades relacionadas à saúde e bem-estar.

De acordo com Modesto (2021), o perfil dos pacientes que buscam terapia aquática inclui, em sua maioria, indivíduos em busca de alívio para dores, que podem ser de natureza crônica ou, em alguns casos, decorrentes de traumas agudos. Em consonância com essa perspectiva, os dados do presente estudo mostram que, dentre os 20 participantes avaliados, 6 buscaram a terapia aquática como abordagem terapêutica específica para o manejo da dor. Esses resultados reforçam a relevância da terapia aquática como uma opção eficaz e atraente no tratamento de condições dolorosas, seja por seu efeito analgésico, seja pelo conforto proporcionado.

A Sociedade Brasileira de Reumatologia (2005) define a fibromialgia como uma síndrome clínica caracterizada por dor generalizada no corpo, com maior predominância na musculatura. Devido ao quadro álgico que acompanha a síndrome, a terapia aquática tem se mostrado uma abordagem eficaz no tratamento de pacientes com fibromialgia. Conforme apontado por Miranda et al. (2018), o uso da água aquecida na terapia aquática oferece uma série de benefícios, incluindo alívio da dor, relaxamento muscular, melhora da circulação sanguínea, redução do estresse e da ansiedade, aumento da mobilidade articular, fortalecimento muscular, melhora da função pulmonar, equilíbrio, coordenação e qualidade do sono, além de correção postural e redução do impacto sobre as articulações.

Corroborando com os autores acima, 25% dos participantes da pesquisa possuem diagnóstico de fibromialgia e buscaram a terapia aquática com o objetivo de melhorar a qualidade de vida e aliviar as dores causadas pela síndrome.

Outrossim, os resultados do presente estudo revelaram que 75% dos participantes ingerem mais de 1 litro de água antes da terapia aquática, e 80% ingerem mais de 1 litro após a prática. Esse hábito é considerado positivo, visto que o ambiente da piscina terapêutica é caracterizado por alta umidade e

temperatura o que pode intensificar a perda de líquidos por evaporação. Assim, uma ingestão adequada de água antes e após a terapia auxilia na reposição dos líquidos perdidos, promovendo uma hidratação eficiente dos sistemas corporais. Essa prática não apenas contribui para o equilíbrio hídrico geral, mas também favorece a hidratação da pele, ajudando a minimizar os riscos de envelhecimento precoce, conforme apontado por Gomes e Santos (2015).

Diante o exposto, Nunes; Vieira e Melo (2018) afirma que a hidratação cutânea desempenha um papel crucial na manutenção da integridade da barreira cutânea e no controle do ressecamento da pele, é um processo que envolve a reposição e retenção de água nas camadas superficiais, garantindo hidratação adequada e prevenindo a perda excessiva de umidade, ressecamento cutâneo e envelhecimento precoce da pele.

Em concordância com os supracitados, conforme os resultados apresentados, observa-se que apenas 10% dos participantes utilizam sabonetes específicos com ação hidratante, formulados para restaurar a camada lipídica da pele removida pela exposição ao cloro. No entanto, reforça-se que 75% dos participantes afirmam o uso de hidratantes corporais após a prática da terapia aquática.

Com base nos resultados obtidos, constatou-se que a maioria dos participantes identificaram o ressecamento cutâneo e o prurido como as principais alterações associadas à prática da terapia aquática. Tais achados estão em conformidade com a literatura científica, que evidenciam a ação desidratante do cloro e de outros agentes químicos presentes no meio aquático sobre a pele. O ressecamento, em particular, ocorre devido à remoção do manto lipídico natural da epiderme, que desempenha um papel crucial na manutenção da hidratação e na integridade da barreira protetora (Antunes; Carvalho, 2021).

### **3. CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Pode concluir que o estudo embora tenha sido limitado por apenas 20 pacientes e 6 deles com idade superior a 60 anos, de acordo com os objetivos do estudo, a prática regular da fisioterapia aquática pode acarretar sim alterações dermatológicas, sendo o ressecamento da pele a alteração mais recorrente.

Estes achados sublinham a importância de haver intervenções educativas que incluam orientações específicas para a proteção da pele no contexto da terapia aquática, especialmente aos pacientes que praticam terapia aquática regularmente a fim de garantir que os benefícios da fisioterapia aquática não sejam comprometidos por problemas dermatológicos, promovendo uma prática mais holística e integrada da terapia aquática, assegurando que os praticantes possam desfrutar plenamente dos seus benefícios terapêuticos sem comprometer a saúde da pele.

## REFERÊNCIAS

ANTUNES, Adriana Azoubel; CARVALHO, Vânia Oliveira. **Tratado de Pediatria**, Volume 1. Editora Manole, 2021. Capítulo 2, Sessão 12.

BALDIM ITO, C.; LAUER SCHNEIDER, L. C.; MITIE MASSUDA, E.; MARQUES GOMES BERTOLINI, S. M. **Causas Consequências e Tratamento da Osteoartrite do Joelho e Quadril: REVISÃO SISTEMÁTICA** Arquivos do Mudi, v. 23, n. 3, p. 455-466, 20 dez. 2019.

ESTRELA, Carlos. **Metodologia científica: ciência, ensino, pesquisa**. 3.ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 2018.

GOMES, Clarissa Emília T.; SANTOS, Eliane Cristina Dos. **Nutrição e Dietética**. Editora Saraiva, 2015. E-book. ISBN 9788536521152.

GROLLMUS, Nicholas S.; TARRÈS, Joan P. **Relatos metodológicos: difractando experiências narrativas de investigación**. Fórum Qualitative Social Research, v. 16, n. 2, mayo 2015.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina. **Metodologia do trabalho científico**. 9. ed. São Paulo: Atlas – Grupo Gen, 2021

MARQUES, Marília R.; BRUSCATTO, Cláudia A.; PRIETO, Fernanda B.; e outros. **Introdução à profissão: fisioterapia**. Porto Alegre: Grupo A, 2017.

MIRANDA, Marcos Roberto et al. **Benefícios da hidroterapia em pacientes após acidente vascular cerebral (AVC)**. Revista de Iniciação Científica e Extensão, v. 1, n. Esp 5, p. 465-471, 2018.

MODESTO, B. S; VIEIRA, K. V. S. **Benefícios da fisioterapia aquática em idosos com osteoartrose de joelho**. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação. São Paulo, v.7.n.10. out. 2021.

NUNES, Samantha; VIEIRA, Juliana Cotta; MELO, Camila Sirieiro Abreu. **Surgical & Cosmetic Dermatology**, v. 10, n. 3, p. 19-26, 2018.

SILVA, Laleska Pâmela Rodrigues da et al. **Insatisfação da imagem corporal e fatores associados: um estudo em jovens estudantes universitários**. Einstein, São Paulo, v. 17, 2019.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE DERMATOLOGIA. **Cuidados diários com a pele**. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/cuidados/cuidados-diarios-com-a-pele/>

SOCIEDADE BRASILEIRA DE REUMATOLOGIA. **Fibromialgia – Definição, Sintomas e Porque Acontece**. 2011 Disponível em: <https://www.reumatologia.org.br/orientacoes-ao-paciente/fibromialgia-definicao-sintomas-e-porque-acontece/>

**ANEXO 1 – DECLARAÇÃO DE ANUÊNCIA DA INSTITUIÇÃO CO-PARTICIPANTE**

***Declaração de Anuência da Instituição Co-Participante***

**EU, GARDÊNIA MARIA MARTINS DE OLIVEIRA COSTA, CPF: 772.875.333-91, RG: 2008195041-6, COORDENADORA DO CURSO DE FISIOTERAPIA DO CENTRO UNIVERSITÁRIO DR. LEÃO SAMPAIO – UNILEÃO, declaro ter lido o projeto intitulado “PERCEPÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A PELE” de responsabilidade do pesquisador(a) PAULO CÉSAR DE MENDONÇA, CPF 145.894.528-63 e RG: 18.908.910 e que uma vez apresentado a esta instituição o parecer de aprovação do CEP do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, autorizaremos a realização deste projeto neste **CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO, CNPJ DA INSTITUIÇÃO: 02.391.959/0003-92**, tendo em vista conhecer e fazer cumprir as Resoluções Éticas Brasileiras, em especial a **(RESOLUÇÃO CNS 466/12)**. Declaramos ainda que esta instituição está ciente de suas co-responsabilidades como instituição co-participante do presente projeto de pesquisa, e de seu compromisso no resguardo da segurança e bem-estar dos sujeitos de pesquisa nela recrutados, dispondo de infraestrutura necessária para a garantia de tal segurança e bem estar.**

Juazeiro do Norte 24 de junho de 2024

---

Assinatura e carimbo do(a) responsável institucional

## **ANEXO 2 – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Prezado Sr.(a).

Eu, Paulo César de Mendonça, CPF: 145.894.528-63 e RG: 18.908.910 SP/SSP está realizando a pesquisa intitulada “PERCEPÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A PELE”, que tem como objetivos: Analisar a percepção de indivíduos que realizam terapia aquática regularmente sobre os cuidados com a pele; Identificar as alterações da pele após o uso da piscina; Conhecer as estratégias utilizadas pelo paciente sobre os cuidados com a pele após o uso da terapia aquática; Promover conscientização sobre a necessidade dos cuidados com a pele em pacientes que praticam regularmente terapia aquática. Para isso, está desenvolvendo um estudo que consta das seguintes etapas: Para o início do procedimento da pesquisa será realizado o alinhamento com o preceptor responsável pelo setor da Fisioterapia Aquática da Clínica Escola, através das fichas de avaliação, quais pacientes atendem aos critérios de inclusão da pesquisa, para dessa forma termos uma pré-seleção dos possíveis participantes, a partir daí será escolhido em quais dias da semana serão coletados os dados com os participantes. No dia da aplicação do questionário o participante irá realizar a leitura do termo de consentimento livre e esclarecido (Anexo 1) e após a leitura será assinado pelo participante o termo de consentimento pós-esclarecido (Anexo 2). A partir daí será dado o início da entrevista onde a pesquisadora irá fazer as perguntas para o participante de acordo com o questionário (Apêndice 1) que consta com 25 perguntas divididas em 4 tópicos. Inicialmente obterá perguntas referentes ao perfil sócio demográfico do participante como: idade, sexo, estado civil, filhos, profissão, escolaridade, tipo de moradia, saneamento básico. Após isso será dado o início ao segundo tópico com perguntas sobre a participação do participante na terapia aquática como: há quanto tempo pratica terapia aquática, quantidade de atendimentos por semana, motivo pelo qual buscou atendimento no setor. Sequenciando a entrevista teremos perguntas referentes a preparação do participante antes da terapia aquática que contará com as perguntas: se faz uso de protetor solar, faz uso de hidratante corporal faz uso de algum produto capilar, bebe quantos litros de água até o horário da terapia, usa touca durante o atendimento, qual o tipo de vestimenta usa durante o atendimento, molha o corpo antes de entrar na piscina. Para finalizar a entrevista serão feitas as perguntas referentes a rotina pós terapia aquática que contará com as perguntas: toma banho logo após o atendimento, toma banho com água quente ou água fria, faz uso de algum sabonete específico, faz uso de protetor solar, faz uso de hidratante corporal, pós terapia costuma beber quantos litros de água, percebe alguma alteração cutânea. Após aplicação dos questionários, os mesmos serão tabulados e analisados a partir dos programas Microsoft Office Excel 2010 sujeito a testes estáticos e serão apresentados nos resultados do presente estudo. A pesquisa supracitada apresenta riscos mínimos para os indivíduos participantes na qual poderá ocorrer a quebra de sigilo, constrangimento e desconforto. No entanto, os riscos serão minimizados através da não identificação do participante quanto ao seu nome, visto que o paciente será identificado apenas por números de acordo com a ordem de aplicação do formulário e não será coletado nome ou siglas. Os dados serão coletados em um ambiente com cadeiras e mesas reservado, fechado, com boa iluminação, temperatura e ventilação no qual contará apenas com a presença do participante e da pesquisadora como forma de deixar o paciente à vontade e confortável para a coleta dos dados. Porém, caso algum participante durante a entrevista ou ao final da mesma apresente algum desconforto ou memórias negativas que façam com que o paciente não queira mais participar da pesquisa, o mesmo será excluído do estudo. Diante de todos esses cuidados caso algum participante necessite de um apoio psicológico ou médico todo o custeio será feito por parte da pesquisadora que encaminhará-lo para o centro de

apoio psicológico dentro da Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próximo da sua residência para possibilitar um melhor acesso e conforto ao participante. Nos casos em que as perguntas da entrevista utilizadas no estudo tragam algum desconforto, eu **Paulo César de Mendonça** serei o responsável pelo encaminhamento a Unidade Básica de Saúde (UBS) mais próximo da residência da participante para melhorar o acesso da participante e o conforto da mesma em caso de algum problema psicológico. Espera-se que com esse estudo tenha benefícios como identificar o perfil dos pacientes que frequentam regularmente a terapia aquática e como os mesmos cuidam da sua pele antes e após a exposição a água da piscina, proporcionar e trazer para a população em geral da área da saúde, bem como aos pacientes e acadêmicos da área da fisioterapia, o conhecimento relacionado a necessidade de entender as possíveis alterações cutâneas após o uso frequente da terapia aquática, de modo que enfatiza-se através desta temática a importância da prática de cuidados com a pele como forma de prevenir o aparecimento de alterações cutâneas, problemas dermatológicos e possíveis sinais de envelhecimento precoce. Posteriormente a esse mesmo estudo será elencado e construído um encarte informativo que será colocado nas proximidades do setor com os resultados da pesquisa e com orientações sobre os cuidados com a pele pré e pós intervenção aquática.

Caso aceite participar, não receberá nenhuma compensação financeira. Também não sofrerá qualquer prejuízo se não aceitar ou se desistir após ter iniciado a entrevista, avaliação e procedimento. Se tiver alguma dúvida a respeito dos objetivos da pesquisa e/ou dos métodos utilizados na mesma, pode procurar **Paulo César de Mendonça**, com telefone (88) 21011000 nos seguintes horários 08h as 12h. Caso esteja de acordo em participar da pesquisa, deve preencher e assinar o Termo de Consentimento Pós-Esclarecido que se segue, recebendo uma cópia do mesmo.

---

Local e data

---

Assinatura do Pesquisador

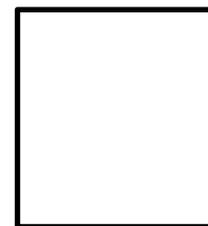
**ANEXO 3 – TERMO DE CONSENTIMENTO PÓS- ESCLARECIDO**

Pelo presente instrumento que atende às exigências legais, eu \_\_\_\_\_, portador (a) do Cadastro de Pessoa Física (CPF) número \_\_\_\_\_, declaro que, após leitura minuciosa do TCLE, tive oportunidade de fazer perguntas e esclarecer dúvidas que foram devidamente explicadas pelos pesquisadores.

Ciente dos serviços e procedimentos aos quais serei submetido e não restando quaisquer dúvidas a respeito do lido e explicado, firmo meu CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO em participar voluntariamente da pesquisa **“PERCEPÇÃO DE INDIVÍDUOS QUE REALIZAM TERAPIA AQUÁTICA REGULARMENTE SOBRE OS CUIDADOS COM A PELE”**, assinando o presente documento em duas vias de igual teor e valor.

\_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do participante ou Representante legal



Impressão dactiloscópica

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Pesquisador

**APENDICE 01 – QUESTIONÁRIO**

<b>TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO - QUESTIONÁRIO</b>	
<b>1- PERFIL SÓCIO DEMOGRÁFICO</b>	
Idade:	Sexo: ( ) F ( ) M
Estado Civil:	Filhos: ( ) S ( ) N
Profissão:	Escolaridade:
Tipo de Moradia:	Saneamento Básico: ( ) S ( ) N
<b>2- PARTICIPAÇÃO NA TERAPIA AQUÁTICA</b>	
Há quanto tempo pratica terapia aquática?	Quantos atendimentos por semana?
Motivo pelo qual buscou atendimento no setor:	
<b>2- ROTINA ANTES DA TERAPIA AQUÁTICA</b>	
Faz uso de protetor solar? ( ) S ( ) N	Faz uso de hidratante corporal? ( ) S ( ) N
Faz uso de algum produto capilar? ( ) S ( ) N	Bebe quantos litros de água antes da terapia?
Faz uso de touca durante o atendimento? ( ) S ( ) N	Qual tipo de vestimenta usa durante o atendimento?
Molha o corpo antes de entrar na piscina? ( ) S ( ) N	
<b>3- ROTINA PÓS TERAPIA AQUÁTICA</b>	
Toma banho logo após o atendimento? ( ) S ( ) N	Toma banho com: ( ) Água quente ( ) Água fria
Faz uso de algum sabonete específico com ação hidratante ou para pele sensíveis? ( ) S ( ) N	Faz uso de protetor solar? ( ) S ( ) N
Faz uso de algum hidratante corporal? ( ) S ( ) N	Pós terapia costuma beber quantos litros de água?
Percebe alguma alteração cutânea?	