

## EFEITO DE UM PROGRAMA DE HIDROCINESIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS DA UNATI-2016

### Autores

Jéssica de Sousa e Sousa (1), Mônica Batista Duarte (2), José Roberto de Souza Júnior (3), Elizabeth Rodrigues de Moraes (4); Marcelo Silva Fantinati (5) e Adriana Marcia Monteiro Fantinati (6).

### Afiliação

(1) Acadêmica do curso de Fisioterapia da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO) – Goiânia – Goiás – Brasil; (2,3) Fisioterapeuta na Clínica Escola Vida da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC – GO) - Goiânia- Goiás- Brasil; (4,6) Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Goiânia/ESEFFEGO – Goiânia – Goiás – Brasil e da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO) – Goiânia – Goiás – Brasil; (5) Docente do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Goiás (UEG) Campus Goiânia/ESEFFEGO – Goiânia – Goiás – Brasil.

**Introdução:** O envelhecimento natural é uma importante fase de mudanças fisiológicas, biológicas e psicológicas, com a fisioterapia aquática mantém a autonomia e promove saúde ao indivíduo durante essa fase. **Objetivo:** analisar o efeito da hidrocinesioterapia na qualidade de vida de idosas da UNATI. **Método:** estudo quantitativo, quase experimental descritivo, tendo como amostra idosas da Universidade Aberta a Terceira Idade (UNATI). Aprovado pelo comitê de ética da Pontifícia Universidade Católica de Goiás sob parecer de número 968807/2015. As alunas foram entrevistadas individualmente, através do questionário epidemiológico e o WHOQOL-bref. A intervenção consistiu de um programa de hidrocinesioterapia durante três meses, duas vezes por semana, cinquenta minutos de duração. Os dados foram analisados pelo programa SPSS versão 20.0, foi utilizado o Teste Shapiro-Wilk para análise da normalidade e o Teste t pareado para a comparação com significância de 5% ( $p < 0,05$ ). **Resultados:** amostra composta de 29 idosas, com a média de idade de 67,37 anos, a maioria casadas e com 1º grau completo. Os resultados para o domínio físico pré-intervenção foi de 79,66 e pós 82,51 ( $p=0,073$ ), para o domínio psicológico pré foi de 64,47 e pós 80,83 ( $p=0,000*$ ), para o domínio social pré foi de 60,32 e pós 81.60 ( $p=0,000*$ ), para o domínio ambiente pré foi de 66,52 e pós 72,21 ( $p=0,064$ ) e para qualidade de vida geral o pré foi de 68,95 e o pós 79,47 ( $p=0,001*$ ). **Conclusão:** o programa de hidrocinesioterapia teve efeito positivo em todos os domínios da qualidade de vida, os domínios que apresentaram valores significativos foram psicológico, social e qualidade de vida geral.

**Palavras-Chave:** Hidrocinesioterapia; Envelhecimento, qualidade de vida.