

# **ESTUDO COMPARATIVO DA FISIOTERAPIA AQUÁTICA EM GRUPO E PERSONALIZADO EM INDIVÍDUOS COM LOMBALGIA**

Deise Nava<sup>1</sup>, Reni Volmir dos Santos<sup>2</sup>

## **Resumo**

A lombalgia é uma das doenças musculoesqueléticas que mais afetam a população, sendo que estudos epidemiológicos estimam que cerca de 80% das pessoas apresentarão essa queixa pelo menos em algum momento da vida. A fisioterapia aquática é apontada como um recurso eficaz no tratamento das lesões da coluna lombar. Desta forma, o presente trabalho tem como objetivo avaliar os efeitos de um programa de fisioterapia aquática em grupo e personalizado em indivíduos com lombalgia, antes e após intervenção e sessões de fisioterapia aquática. A amostra do estudo foi composta de homens e mulheres com lombalgia, na faixa etária de 44 a 78 anos de idade, residentes no município de Erechim/RS, com uma amostra de 24 participantes. Foi avaliado grau de dor, antes e após cada sessão, e a flexibilidade e qualidade de vida foram realizadas antes e após o período interventivo. Foram realizadas 10 sessões, 2 vezes por semana, com duração de 50 minutos cada sessão. Observou-se uma melhora estatisticamente significativa com relação a dor e flexibilidade, assim como em sete dos oitos domínios da qualidade de vida no atendimento em grupo e seis no atendimento personalizado. Conclui-se que a eficiência do estudo na amostra estudada em ambos os grupos de lombálgicos.

**Palavras-chave:** Lombalgia, fisioterapia aquática.