



## **ROTEIRO DE PROCEDIMENTOS LABORATORIAIS**

### **ESTÁGIO SUPERVISIONADO – TÉCNICAS DE REABILITAÇÃO E HIDROTERAPIA**

#### **CLÍNICA DE FISIOTERAPIA**

### TÉCNICAS DE REABILITAÇÃO (MECANOTERAPIA/CINESIOTERAPIA)

Dentre as principais técnicas de reabilitação, duas merecem destaque na formação do fisioterapeuta: a cinesioterapia e a mecanoterapia.

A cinesioterapia, é definida pela utilização terapêutica de exercícios no programa de reabilitação e prevenção de lesões. Essa modalidade terapêutica visa o prioritariamente o aumento de força, resistência e potência muscular, assim como a melhora na amplitude de movimento e propriocepção através de exercícios terapêuticos.

Já a mecanoterapia, estimula o conhecimento dos recursos mecânicos utilizados no tratamento fisioterapêutico, suas funções, indicações e contra-indicações. Tendo por objetivo oferecer conhecimento teórico e prático para aplicação de equipamentos, acessórios e dispositivos mecânicos no tratamento de disfunções das diversas áreas de atuação.

#### **Aulas Práticas:**

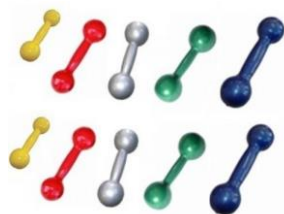
Todas as aulas teóricas de cinesioterapia e mecanoterapia são ministradas em sala de aula e a parte prática, para vivência e realização de exercícios, acontece nas salas de cinesioterapia, ortopedia, neurologia da clínica de fisioterapia.

#### **Para a prática:**

As atividades são planejadas em forma de exercícios ou casos clínicos pertinentes ao tema da aula e manuseiam os equipamentos listados a seguir.

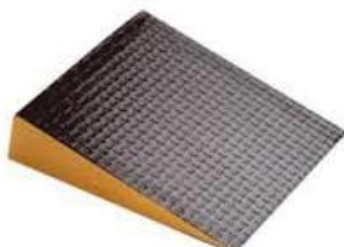
#### **Desempenho muscular (ganho de força e resistência) – materiais:**

Faixas elásticas; Cadeira extensora, Sistema de polias e roldanas; Halteres; Handgrips, Tornozelas/caneleiras, anilhas.



### Alongamento – materiais:

Faixas rígidas, prancha de alongamento, espaldar.



### Equilíbrio – materiais:

Mesa ortostática, Cama elástica, Bola suíça, Balancim, Prancha de equilíbrio, Disco de equilíbrio, Bosu.



### Treino de Marcha – materiais:

Barras paralelas, muletas, bengalas e andadores.



## HIDROTERAPIA

A hidroterapia visa o estudo das propriedades físicas da água, seus efeitos fisiológicos e terapêuticos, bem como os diferentes métodos e técnicas utilizadas em reabilitação aquática nas diversas áreas de atuação. Tendo por objetivo evidenciar os princípios físicos da água, e dessa forma de tratamento por meio de estudo dos efeitos fisiológicos e do conhecimento das principais técnicas da modalidade.

### Aulas Práticas:

Todas as aulas práticas da disciplina de Hidroterapia e Mecanoterapia, bem como os atendimentos em hidroterapia, são ministradas na piscina da faculdade.

### Para a prática:

As atividades são planejadas em forma de exercícios ou casos clínicos pertinentes ao tema da aula e manuseiam os equipamentos listados a seguir.

### Hidroterapia – materiais

Boias espaguete; halteres de E.V.A; pranchas de flutuação;



## Referências

---

- LIANZA, S. **Medicina de Reabilitação**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.
- ANDREWS, J.R. **Reabilitação Física das Lesões Desportivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2000.
- KISNER, C.; COLBY, L.A. **Exercícios Terapêuticos: Fundamentos e Técnicas**. São Paulo: Manole, 1998.
- CAMPION, M.R. **Hidroterapia: Princípios e Prática**. São Paulo: Manole. 2000.
- KOURY, J.M. **Programa De Fisioterapia Aquática: Um Guia Para A Reabilitação Ortopédica**. São Paulo: Manole, 2000.
- BECKER, B.E. **Terapia Aquática Moderna**. São Paulo: Manole, 2000.
- BATES, A. & HANSON, N. **Exercícios aquáticos terapêuticos**. São Paulo: Manole, 1998.

Imagens disponíveis em ambiente virtual.