

MÉTODO HALLIWICK NA PREVENÇÃO DE QUEDAS EM IDOSOSAndré Felipe Pinheiro Oliveira¹Aitana Martins da Silva¹Ana Beatriz Privado Santos¹Ana Rosa Ibiapina da Silveira Moniz¹Jerdianny Silva Serejo¹Rute Pires Costa²

1-Aluno do Curso de Fisioterapia da Faculdade Santa Terezinha.

2-Professora do Curso de Fisioterapia da Faculdade Santa Terezinha; Mestre em Saúde Coletiva pela Universidade Federal do Maranhão.

Introdução: Com o passar dos anos, o organismo humano passa por um processo natural de envelhecimento, gerando dificuldades funcionais e estruturais, diminuindo a vitalidade e favorecendo o aparecimento de doenças, sendo mais prevalentes as alterações sensoriais, as doenças ósseas, cardiovasculares e o *Diabetes Mellitus*. Um importante fator que limita atualmente a vida do idoso é o desequilíbrio, que em 80% dos casos não pode ser atribuído a uma causa específica, mas sim a um comprometimento do sistema vestibular como um todo. As quedas são as consequências mais perigosas do desequilíbrio e da dificuldade de locomoção em idosos, tendo como consequências danos pessoais e gastos públicos com intervenções cirúrgicas, medicação e reabilitação, das consequências mais comuns das quedas são as fraturas e TCE responsáveis por 70% das mortes acidentais em pessoas com mais de 75 anos. A fisioterapia aquática tem como objetivo promover a independência funcional do idoso, minimizando as respostas anormais e potencializando os movimentos apropriados, beneficiando-se dos princípios físicos e termodinâmicos da água. O método Halliwick estimula através de seus exercícios o sistema vestibular, estrutura fundamental para o controle do equilíbrio. **Objetivo:** O estudo visa analisar e descrever os efeitos do Método Halliwick na prevenção de quedas em idosos. **Materiais Métodos:** Trata-se de uma revisão de literatura. A pesquisa foi realizada por meio das bases eletrônicas de dados SciELO, LILACS, e capítulos de livros utilizando palavras-chave incluindo: "fisioterapia", "idosos", "acidentes por quedas", "hidroterapia", "ambiente aquático", "terapia por exercício", "envelhecimento", "prevenção" e "independência". **Resultados:** Apesar da escassez do tema na literatura os estudos encontrados relatam que, o Método Halliwick é utilizado na prevenção de quedas em idosos, sendo uma técnica que se baseia em atividades lúdicas individuais ou em grupo, dentro de um programa proprioceptivo aquático que proporciona maior estímulo sensorial devido instabilidade gerada pelo meio aquático, promovendo melhor adequação do tônus muscular e ganho de equilíbrio. Alguns estudos mostraram que, o Método Halliwick auxilia na independência da funcionalidade e apresenta um resultado significativamente estatístico quando avaliados o equilíbrio e a marcha dos idosos ($p \leq 0,05$). **Conclusão:** Conclui-se que o método Halliwick se apresenta na literatura de forma eficaz para prevenção de quedas em idosos, pois melhora a dinâmica da marcha, diminui o tempo do reflexo de reação e proteção, diminui o padrão de flexão de tronco característico do idoso, além de proporcionar ao mesmo maior independência funcional.

Palavras-chave: Envelhecimento. Fisioterapia aquática. Quedas.