

V. 2, N. 3 (2018): ANAIS DAS APRESENTAÇÕES DE TRABALHO DE
CONCLUSÃO DE CURSO- FISIOTERAPIA- 2018-1

WATSU ASSOCIADO A PSICOTERAPIA EM INDIVÍDUOS COM SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA

Camila Meert¹

Viviana Furlanetto Manduca Schneider²

Tânia Rudnicki³

Renata D'Agostini Nicolini Panisson⁴

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia, do Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul –RS

² Egressa do curso de Psicologia, do Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul –RS

³ Psicóloga, professora doutora do curso de psicologia, do Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul –RS

⁴ Fisioterapeuta, professora doutora do curso de fisioterapia, do Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul –RS

Estudo realizado no Centro Integrado de Saúde, do Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS, Brasil.

Introdução: A depressão corresponde a uma condição mental, causada por fatores orgânicos, psicológicos e sociais. É um dos transtornos psiquiátricos mais comum nos adultos e, em virtude do quadro clínico apresentado, comumente a funcionalidade dos sujeitos pode estar comprometida.

Objetivo: Verificar os efeitos da técnica fisioterapêutica de Watsu associada

à psicoterapia, em pacientes com sintomatologia depressiva. **Metodologia:** Série de casos, com dois grupos: grupo Psicoterapia e grupo Watsu, com indivíduos que apresentam sintomas depressivos. Foram incluídos indivíduos maiores de 18 anos, de ambos os sexos, que realizam acompanhamento psicoterapêutico cognitivo comportamental e que apresentarem sintomas depressivos na Escala de Depressão, Ansiedade e Estresse (DASS-21). Ambos os grupos foram avaliados com a DASS-21 e o questionário de qualidade de vida *Medical Outcomes Short-Form Health Survey* (SF-36) antes e após a intervenção de um mês (Grupo Psicoterapia realizou 5 sessões de terapia cognitivo comportamental e Grupo Watsu realizou 5 sessões de terapia cognitivo comportamental associado a 10 sessões de Watsu). **Resultados:** Seis indivíduos do sexo feminino, com idades entre 18 e 49 anos constituíram a amostra do estudo. Em relação aos sintomas depressivos ambos os grupos diminuíram os sintomas, entretanto em proporção maior no grupo Watsu. Na avaliação da qualidade de vida, o percentual de melhora no grupo Watsu foi maior que o grupo Psicoterapia, comparando os valores pré e pós intervenção. **Conclusão:** Nessa série de casos, o tratamento de Watsu associado a Psicoterapia Cognitivo Comportamental obteve melhoras mais expressivas que apenas a realização de psicoterapia em indivíduos com sintomatologia depressiva.