

## **HIDROGINÁSTICA E EXERCÍCIO FÍSICO: UMA REVISÃO INTEGRATIVA ENTRE OS ANOS DE 2010-2020 NA REVISTA FÉDÉRATION INTERNATIONALE D'ÉDUCATION PHYSIQUE (FIEP)**

Gisele Lopes Conceição Dos Santos<sup>1</sup>; Jamile Da Conceição Gonzaga Gonçalves<sup>2</sup>; Nivia Monteiro Lagiola Gonçalves<sup>3</sup>; Pedro Neri Conceição Filho<sup>4</sup>; Elipaula Marques da Cruz Carvalho

<sup>1</sup>Graduanda em Licenciatura em Educação Física (FAMAM), giselelopesoficial@hotmail.com; <sup>2</sup>Graduanda em Licenciatura em Educação Física (FAMAM), [jamilegonzaga569@gmail.com](mailto:jamilegonzaga569@gmail.com); <sup>3</sup>Graduanda em Licenciatura em Educação Física (FAMAM), [nivinhamonteiro@hotmail.com](mailto:nivinhamonteiro@hotmail.com); <sup>4</sup>Graduando em Licenciatura em Educação Física (FAMAM), pedroneryoficial@hotmail.com; <sup>5</sup>Mestra em Desenvolvimento regional e Meio Ambiente (FAMAM), Professora (FAMAM) [elpx@hotmail.com](mailto:elpx@hotmail.com)

Sabe-se que a prática regular de exercícios físicos tende a apresentar, de forma geral, uma melhora significativa na prevenção de doenças crônicas, bem como a aumentar a capacidade funcional dos indivíduos. A prática regular da Hidroginástica, que é uma atividade de exercícios físicos realizados no meio líquido, é apontada como uma atividade que apresenta ganhos positivos na melhora dos problemas articulares, na força muscular e resistência, melhoramento cardíaco e respiratório, o qual a sobrecarga natural é a resistência da água e esta, proporciona ao indivíduo, uma melhora no desempenho físico e na realização de suas funções cotidianas. Neste sentido este estudo teve como objetivo central: identificar por meio de uma revisão integrativa as produções científicas acerca da Hidroginástica como exercício físico entre os anos de 2010 a 2020. Trata-se de um estudo exploratório-descritivo, por meio da revisão de literatura em artigos científicos entre os anos de 2010 a 2020 na revista *Fédération Internationale d'Éducation Physique* (FIEP), a fim de identificar as produções científicas acerca da Hidroginástica como exercício físico. Para tanto, teve como critérios de investigação o uso dos descritores: Hidroginástica e Exercício Físico, em português, podendo ou não aparecer no título. Os artigos foram selecionados a partir de leituras do resumo, logo após, houve a organização de uma tabela por ano de produção, contendo as seguintes informações: número do quantitativo de artigos, ano de publicação, título da obra, autores, objetivos e links de acesso dos artigos. Após a sistematização das informações, foi criado um gráfico, o qual releva uma curvatura instável das produções científicas sobre o tema dentro dos referidos anos. Foram encontrados apenas (7) sete artigos publicados nos últimos (10) dez anos. Entre os anos de 2010 a 2013 houve uma estabilidade de produções, porém há uma queda em 2014, um aumento novamente entre os anos de 2015 a 2018 e depois não há produções até o ano de 2020. Consideramos que a revista *Fédération Internationale d'Éducation Physique* (FIEP), é um periódico eletrônico, multidisciplinar que apresenta publicações anuais originais relacionadas à área de saúde e educação pertinentes à Educação Física, de *qualis* B3, os estudos publicados nela, contribuem para o avanço do conhecimento teórico e/ou empírico na área da Educação Física. Foi possível constatar, a partir da referida revisão a escassez de produções científicas sobre o referido tema, e isto implica

em maiores construções e desenvolvimento acerca deste objeto, pois deve colaborar com a sistematização e acúmulo sobre o tema Hidroginástica como prática regular de exercícios. Sendo assim, entendemos que a partir de novos estudos e publicações acerca deste conteúdo, novos conceitos, métodos e avanços possam surgir, contribuindo para a divulgação e evolução da Hidroginástica com ênfase no exercício físico para a melhora da capacidade funcional dos indivíduos que praticam de maneira regular.

**Palavras-chave:** Hidroginástica. Exercício Físico. Educação Física.