

hidroterapia curando todos os males

Um dos métodos mais modernos de tratamento de diversas doenças é sem dúvida a **hidroterapia**.

A hidroterapia é a fisioterapia subaquática que completou de maneira prática e recreativa os exercícios não aquáticos. Os exercícios subaquáticos em piscina aquecida são um excepcional e insubstituível complemento nos exercícios de equilíbrio e relaxamento muscular.

A idéia advém da própria origem do homem, que passa os seus nove meses de gestação, dentro da bolsa d'água, protegido de agressões físicas, que a gestante venha sofrer. Portanto, na hidroterapia, o paciente sente-se seguro, relaxando a tensão e em pouco tempo obtém-se resultados positivos.

Uma das escolas particulares mais modernas de São Paulo e pioneira neste tipo de tratamento é a **Sanacqua**. Fundada há 12 anos por Aladar Szabo e sua esposa Isabel, com o intuito de sanar todas as dificuldades encontradas, para os mais diversos tipos de tratamento.

QUEM FOI ALADAR SZABO

Aladar Szabo, nasceu na Hungria e com apenas 18 anos já havia sido diversas vezes campeão de natação em sua terra; teve sua carreira interrompida devido a um acidente de motocicleta, o qual deixou-o completamente paraplégico com fraturas por todo o corpo.

Após esse acidente e, graças ao seu técnico que inconformado soltou-o na piscina, Szabo voltou novamente a praticar natação, onde se recuperou, conseguindo andar e a se movimentar sem maiores dificuldades, tornando-se inclusive o maior campeão mundial de "polo aquático".

Em 1959 convidado por João Havelange, veio conhecer o Brasil e acabou ficando. Após 6 meses de permanência no país, foi naturalizado brasileiro pelo então presidente Juscelino Kubitschek, para que pudesse representar o Brasil nos jogos panamericanos na modalidade de "polo aquático" onde sagrou-se campeão - única vez que o Brasil obteve esse título. Em 1962/63 foi também campeão nos jogos Sul Americanos.

Mais tarde sentindo que no Brasil havia necessidade de uma escola específica de natação, onde a finalidade não fosse só recreação e, com base em sua própria recuperação física, fundou a Sanacqua.

NA SANACQUA VOCÊ APRENDE A NADAR E A CUIDAR DE SUA SAÚDE

A grande maioria das pessoas que fazem hidroterapia foram aconselhadas por médicos. Pediatras, ortopedistas, neurologistas e mesmo psicólogos recomendam-na por sua grande eficácia e pronta recuperação.

A equipe Sanacqua é composta por 5 professores que lá trabalham há mais de 10 anos, treinados para dar atendimento personalizado a cada tipo de tratamento (Disfunções motoras, recuperação de distrofias musculares, tratamento de asma e bronquite e ginástica respiratória). Excelente também na recuperação de gagueiras, problemas de crescimento e gordura. Cada tratamento é feito em áreas e horários específicos, separados da parte esportiva/recreativa.

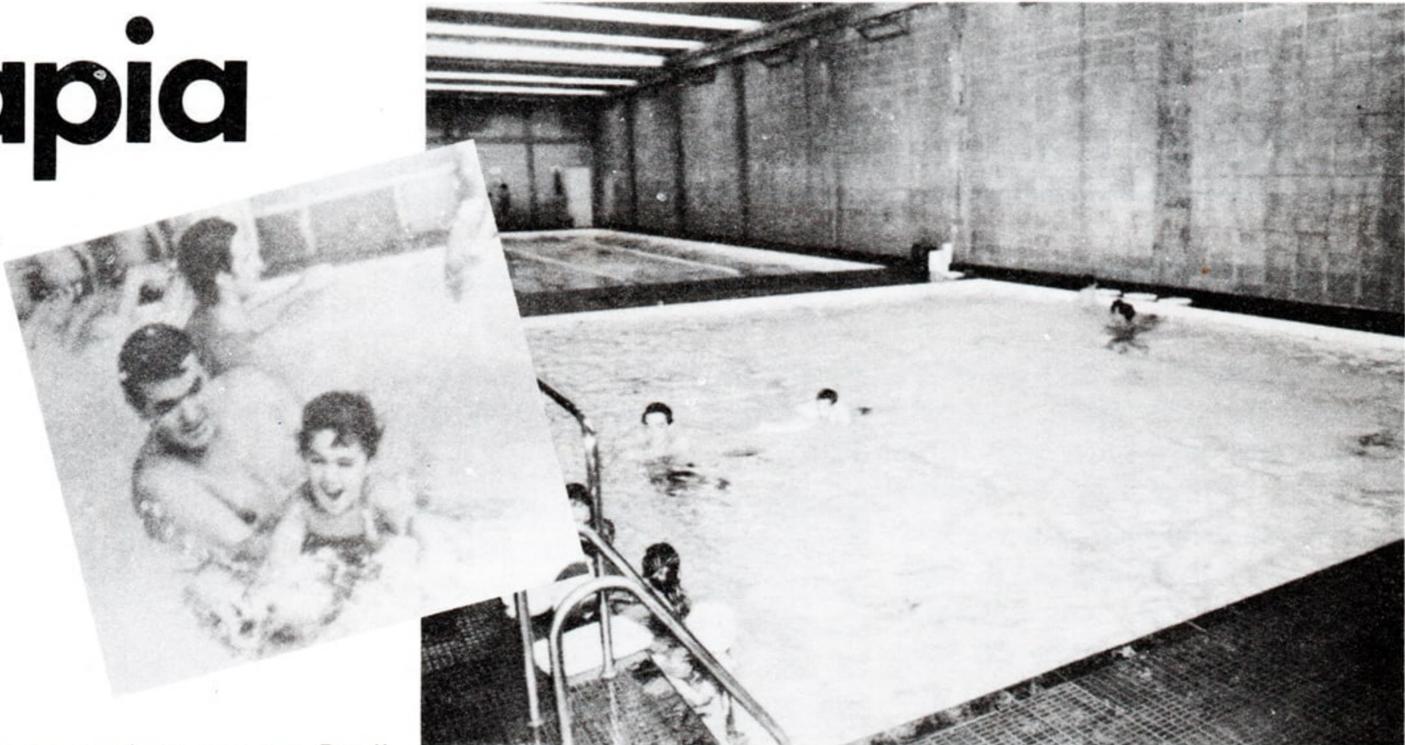
Com instalações adequadas, possui 2 piscinas com temperaturas reguláveis conforme a recomendação médica e um teto eletrônico, que é aberto ou fechado, de acordo com as condições meteorológicas, para maior conforto e segurança do paciente.

ESPORTE E RECREAÇÃO

Um grande número de pessoas também frequenta a Sanacqua com o objetivo de aprender ou praticar natação. Lá é desenvolvido um trabalho de treinamento para campeonatos internos e externos, inclusive de polo aquático. Não há limite de idade, sendo apenas recomendado para crianças, a partir de 2 anos e 8 meses.

Se você sofre de algum mal - pratique natação. Ela vai ajudá-lo a se recuperar, como ajudou Aladar Szabo.

Colaborou neste matéria: Isabel Szabo, da Sanacqua - Av. Horácio Lafer, 593 - SP.



MÉDICO LANÇA CAMPANHA CONTRA AFOGAMENTOS DE CRIANÇAS

Conforme notícia de FRESNO, CALIFORNIA, U.S.A., um pediatra está lançando uma campanha para convencer o público americano do dever de exigir grades de proteção nos pátios em torno das piscinas, para reduzir o número de crianças afogadas.

Conforme a United Press International, o Dr. Mark Simonian, de Clivis, tornou-se interessado no assunto depois de tratar duas crianças que tinham caído em piscinas sem serem notadas. Ambas morreram em consequência de seus ferimentos.

Através de sua própria investigação, Simonian descobriu que a maior porcentagem das 58 mortes de crianças por afogamento no condado, entre 1977 até 1981 - 29% ocorreram em canais, na maioria das vezes em áreas rurais e 23% dos afogamentos ocorreram em piscinas residenciais.

Simonian sentiu a necessidade de lançar essa campanha, após ter constatado que as mortes de crianças por afogamentos foram quase que completamente eliminadas em Honolulu e Brisbane, Austrália, onde as piscinas devem, por lei, ser cercadas.

O médico planeja continuar seus esforços e está compilando uma apresentação em slides para reuniões comunitárias. Pretende também publicar os resultados de seus estudos.

E, para você que tem filhos pequenos, um alerta muito importante: Veja se não há necessidade de grades de proteção em sua piscina, além de proporcionar maior segurança, poderá ter também um efeito decorativo.

Não abandone sua

Os meses de inverno geralmente propiciam pouca ou nenhuma atividade ligada às piscinas, especialmente à-

quelas localizadas ao ar livre. É exatamente nessa época que muitos proprietários de piscinas resolvem

economizar na manutenção esvaziando a piscina ou mesmo abandonando-a cheia de água, sem nenhum

tratamento durante todo o inverno. E isso pode tornar-se uma experiência amarga e quase sempre dispendiosa.

Os problemas de uma piscina vazia

As paredes e o fundo de uma piscina vazia, exposta às intempéries, sofrem repetidas contrações e expansões provocadas pela variação da temperatura; o abaixamento da temperatura provoca a expansão do solo que circunda a piscina o que se traduz em pressão sobre as suas paredes de fora para dentro. Essas pressões exercidas dia após dia, acabam por provocar rachaduras nas paredes e no fundo da piscina.

Lençóis de água subterrâneos podem aflorar sob pressão em certos terrenos (pressão de baixo para cima), e esses afloramentos podem até fazer flutuar uma piscina inteira, quando vazia, ou somente sua parte mais leve, causando sérias rupturas no concreto e tubulações.

Quando a piscina está cheia de água, o peso desta se

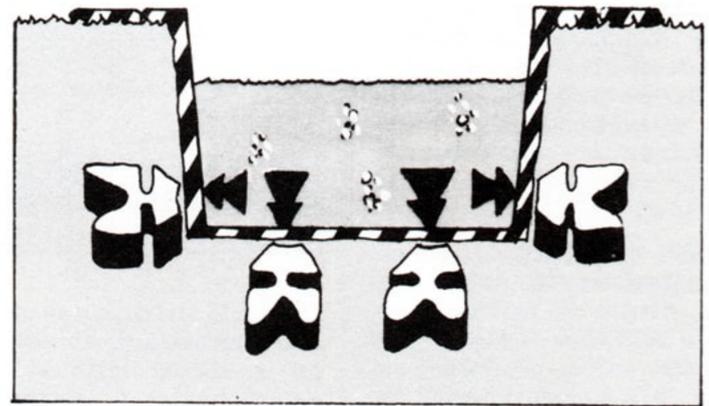
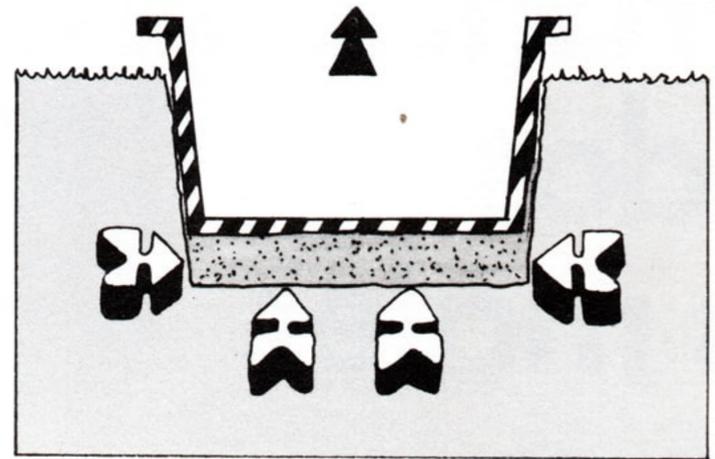
equilibra com as pressões existentes e evita qualquer dano.

Dentro do próprio concreto as moléculas de água sofrem contrações e expansões que causam o gretamento da tinta em piscinas pintadas e sua conseqüente escamação.

Uma piscina cheia de água confere às superfícies em contato grande estabilidade térmica; a água absorve lentamente as variações da temperatura e as transmite também lentamente às superfícies em contato, sem choques térmicos (mudanças bruscas de temperatura).

Algumas rachaduras muito finas nas paredes podem passar despercebidas e quando a piscina for enchida novamente a água se infiltrará pelas mesmas e poderá inclusive minar o terreno adjacente à piscina.

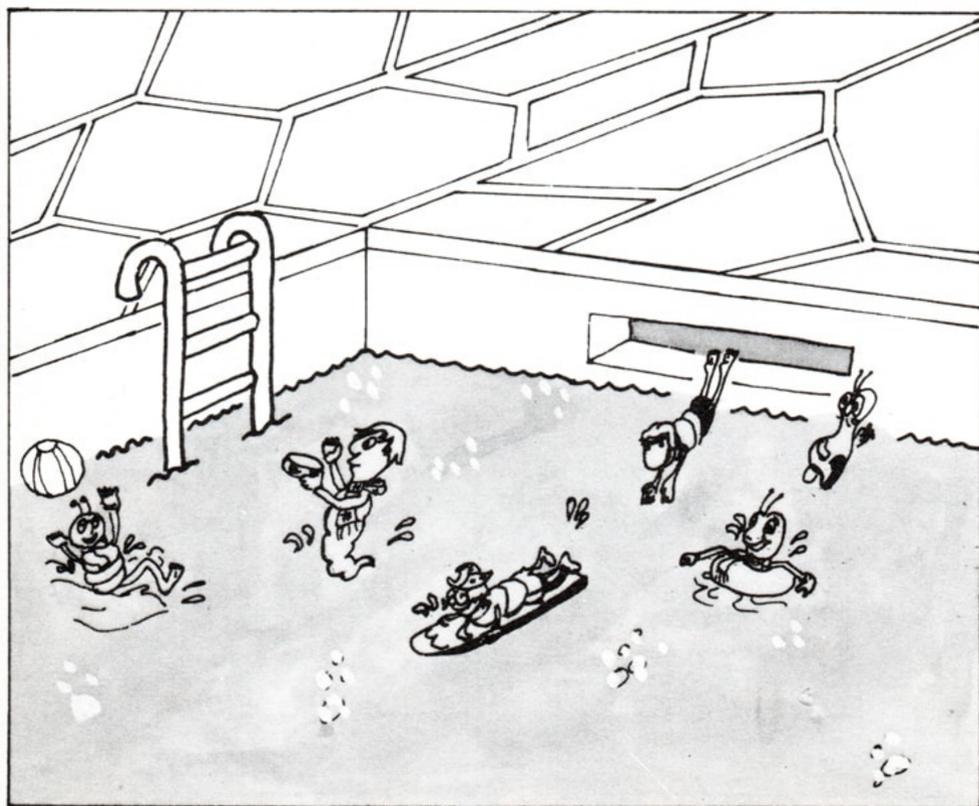
Rachaduras no concreto de



uma piscina são muito difíceis de reparar devido a problemas de liga do concreto já curado. Há casos em que uma nova piscina tem de ser construída dentro da pisci-

na anterior.

Outra vantagem que deve ser considerada numa piscina cheia: um reservatório de água para a eventualidade de um incêndio.



Piscina cheia e abandonada

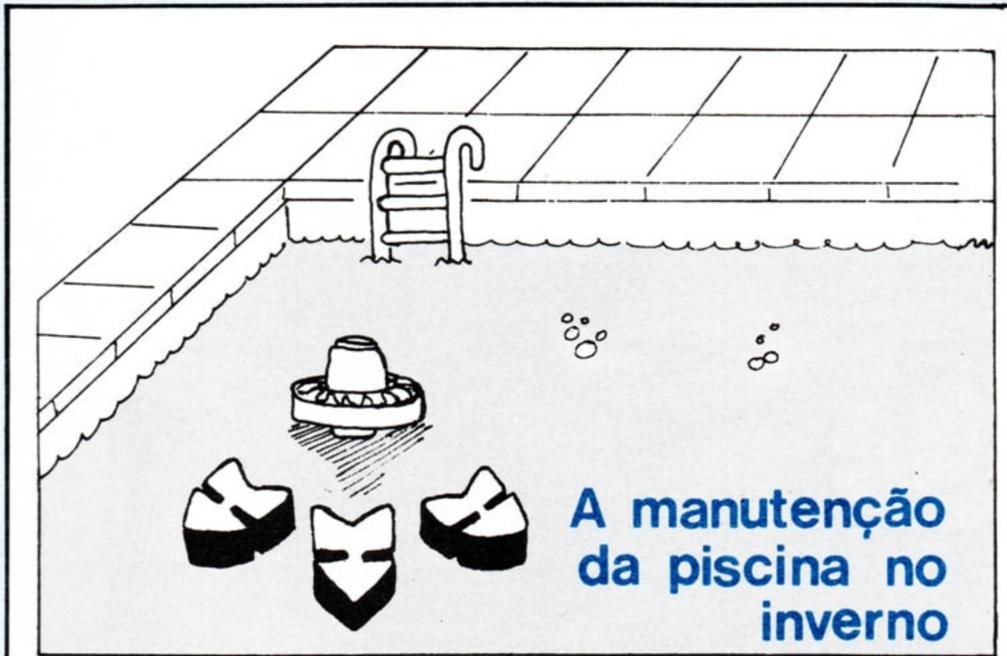
É inútil discorrer sobre água parada, não tratada, com aparência e odores desagradáveis, que todos nós já conhecemos. Pois é assim que se torna a água de uma piscina abandonada e sem tratamento: verde, turva e mal cheirosa. E tem mais: o desenvolvimento desenfreado de algas liberta grande quantidade de oxigênio na água, o que facilita ainda mais o desenvolvimento de microorganismos aquáticos e acelera a corrosão dos metais

em contato com a água.

A piscina, além de sua função esportiva e recreativa tem também a função decorativa do ambiente e da paisagem e desta forma é necessário que sua água esteja sempre em harmonia com o resto, com aparência saudável e bonita.

Por isso é necessário manter-se o mesmo tratamento que se utiliza no verão, logicamente com menos frequência.

Piscina no inverno



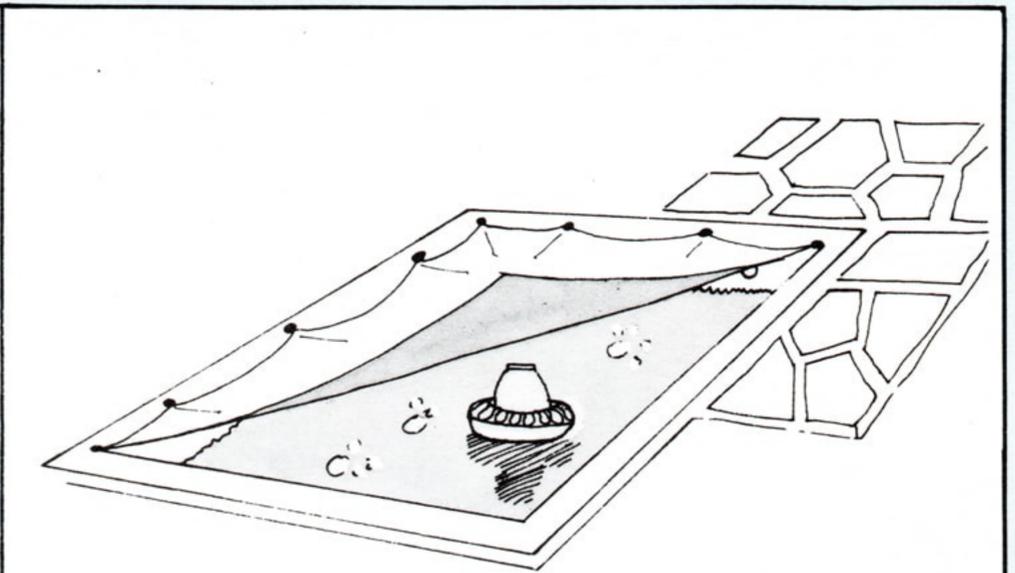
Como dissemos o trabalho de manutenção da piscina deve ser o mesmo de sempre, apenas com menor frequência.

Temperaturas mais altas e utilização mais assídua da piscina evidentemente requerem tratamento mais intenso e vice-versa. Porém o tratamento nunca deve chegar a zero.

A cloração da água deverá ser mantida. Não havendo sol, o consumo será menor; então em vez da adição diária de cloro, talvez se possa usá-lo a cada 2 ou 3 dias, dependendo de analisar-se

o seu residual.

Para melhor comodidade pode recorrer-se ao clorador flutuante com tabletas de cloro de dissolução lenta que conseguem clorar a piscina de uma semana a até 2 meses. Basta colocar no clorador a quantidade indicada de tabletas para determinado volume de água e pronto: ele flutuará na piscina, decorando-a e se encarregará da cloração. Este sistema pode ser usado também no verão e é facilmente encontrado nas casas especializadas.

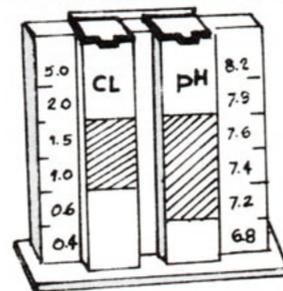


A combinação de cobertura com o uso do Clorador Flutuante durante o inverno é um casamento perfeito para total despreocupação, quanto a manutenção da água.

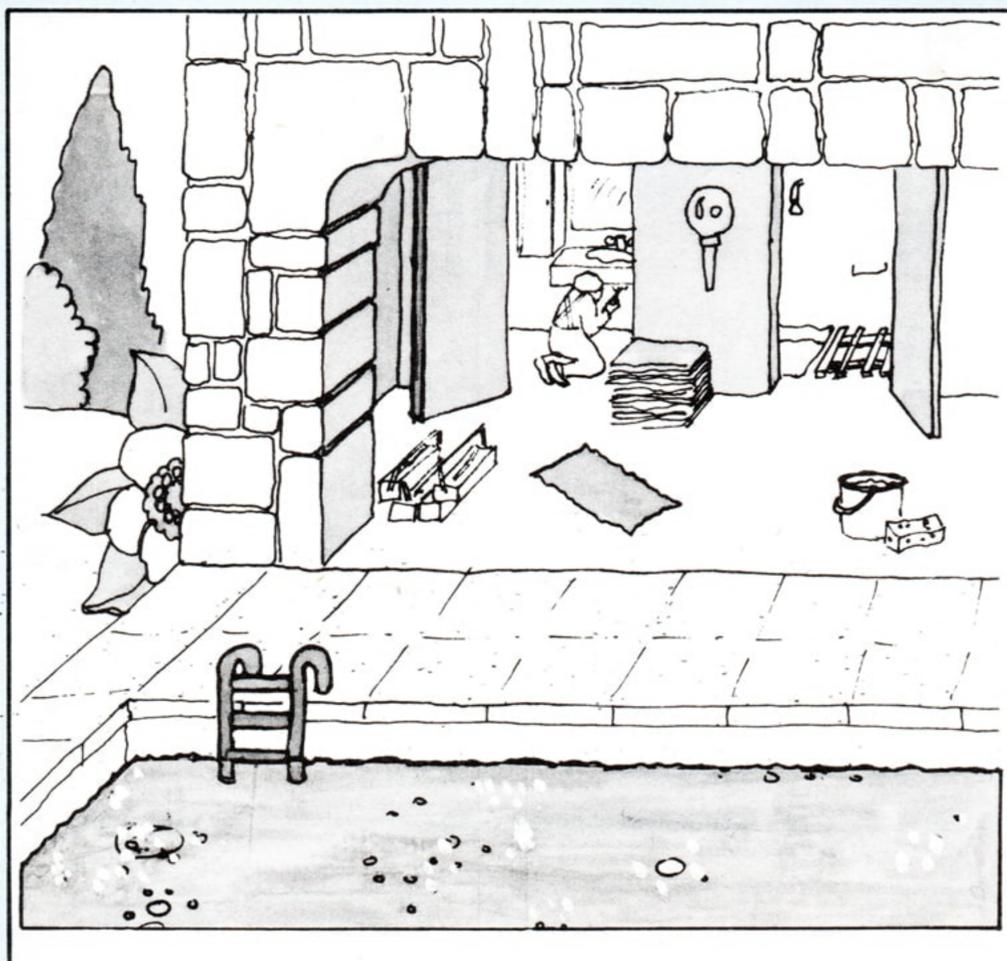
Apenas deve-se cuidar para

que o nível da água fique um pouco abaixo do normal e com isso evitar que a capa impeça o movimento livre do clorador. A capa não deve nunca descansar sobre o clorador para que os vapores de cloro emanados não danifiquem o seu material de constituição.

Apenas deve-se cuidar para



O pH deve ser mantido na faixa ideal (7,2 - 7,6) o tempo todo. Bastará medi-lo uma vez por semana e tomar as medidas necessárias para reajustá-lo.



Os filtros devem ser ligados frequentemente de acordo com instruções do fabricante. Aqui vai outra sugestão: Aqueles que acham tarefa muito trabalhosa ligar e desligar a bomba todos os dias podem mandar instalar um "time clock" que ligará e desligará a bomba automaticamente a horas pré-determinadas. Também é um dispositivo para se utilizar o ano todo.

Deve-se ainda aproveitar essa época de pouca utilização da piscina para providenciar inspeção cuidadosa dos equipamentos, como bombas, filtros, escadas, etc., e reparar o que fôr necessário, revisar a pintura

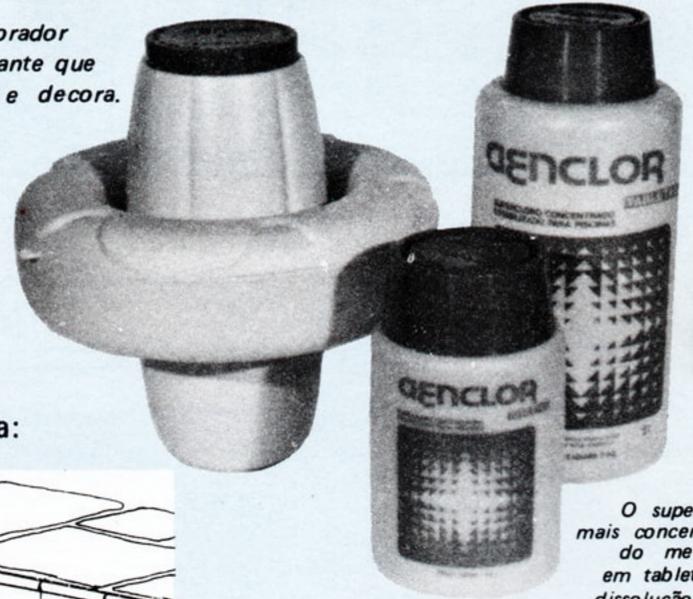
das partes metálicas sujeitas a corrosão, providenciar trocas de azulejos, etc. Lembre-se sempre que os técnicos especializados cujos serviços possam ser necessários não estarão abarrotados de serviços nessa época do ano e mesmo que a entrega do equipamento reparado se atrase um pouco, isso não será problemático.

Seguindo estes conselhos teremos sempre uma piscina bonita e bem cuidada, pronta para um mergulho caso o tempo resolva permití-lo e ainda não ocorrerão os problemas já mencionados que trazem muito mais dores de cabeça do que economia.

Não abandone sua piscina no inverno e não tenha trabalho com ela.

Use o sistema de cloração contínua e automática de GENCLOR TABLETES e FLOTAFLOR II

O clorador flutuante que clora e decora.

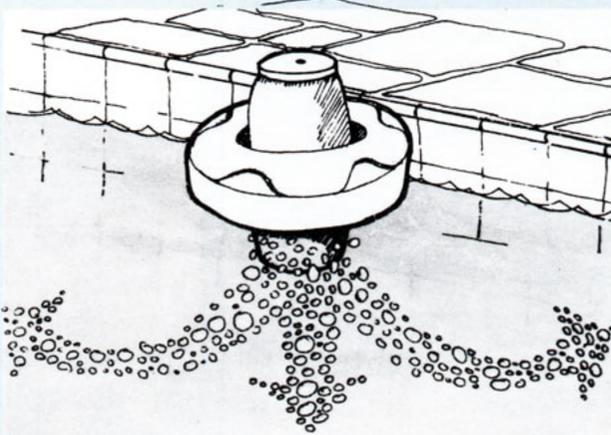


O supercloro mais concentrado do mercado, em tabletes de dissolução lenta.

Veja como funciona a cloração contínua automática e comprove sua conveniência:



O FLOTAFLOR II é preenchido com GENCLOR TABLETES, fechado e colocado para flutuar na piscina.



A água entra em seu interior, dissolvendo os tabletes lentamente e a solução de cloro se espalha continuamente, para manter a água clorada o tempo todo.



Cloração contínua, uniforme e automática. Dentro do FLOTAFLOR II somente os tabletes submersos estão se dissolvendo, os demais são reserva. Quando os submersos terminam, os tabletes de reserva tomam seu lugar e a cloração



O nível de cloração é regulável. Quando você analisar o residual de cloro e este não estiver na faixa ideal (1 a 1,5 ppm) basta abrir ou fechar os orifícios de regulagem, para aumentar ou diminuir a taxa de dissolução dos tabletes.

continua por 2, 3 ... até 8 semanas consecutivas, conforme o volume de água. Como a quantidade de tabletes submersos é sempre a mesma, a quantidade de cloro liberada será constante e portanto a cloração, uniforme e segura.

GENCLOR TABLETES E FLOTAFLOR II

— o sistema de cloração contínua e automática para sua piscina — estão à venda nas boas casas do ramo.

ESCLARECENDO DÚVIDAS

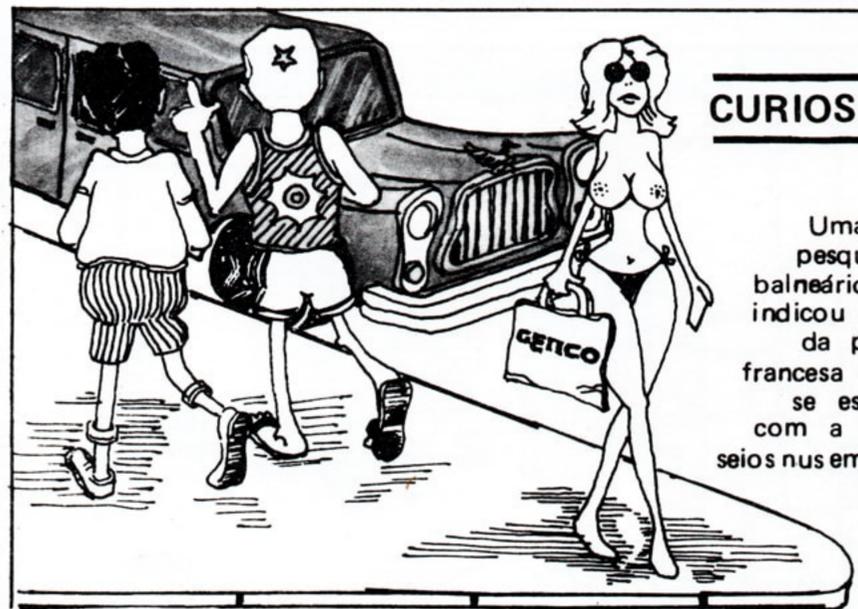
... recebi o número 1 de Piscinologia Moderna, que chegou em boa hora, pois recentemente comprei uma nova casa, cuja água da piscina está totalmente verde e não sei o que fazer ... J.M.Schimidt - SC.

Caro Sr. Schimidt

Pelo correio estamos lhe enviando o manual "Genco trata bem de sua piscina", contendo o tratamento completo para manter a água pura e

cristalina. Acreditamos que sua piscina tenha ficado sem tratamento, por muito tempo, portanto recomendamos:

- ajustar o pH à faixa de 7,2 a 7,6
- fazer uma supercloração com cloro seco granulado, usando Pool Trat ou Genclor-Granulado
- filtrar continuamente e retrolavar o filtro, conforme necessário
- aspirar os sedimentos que se assentarem no fundo.



CURIOSIDADE

Uma recente pesquisa num balneário francês indicou que 76% da população francesa não mais se escandaliza com a visão de seios nus em público.

NOTA DO EDITOR

Informamos que o jornal Piscinologia Moderna nº 2 e demais, continuarão a ser enviados automaticamente e inteiramente grátis,

à todos que receberam o nosso nº 1, como também aqueles que nos solicitaram por carta ou telefone.