

Prezada colega do WATSU,  
Prezado colega do WATSU,  
Prezada ex-praticante do WATSU,  
Prezado ex-praticante do WATSU,

**Estou escrevendo para convidá-lo (a) a responder o questionário, em anexo, sobre o WATSU e sua experiência como praticante.** Eu estou reunindo dados, como parte da minha tese de doutorado na Universidade de Hildesheim (Alemanha), com a intenção de expandir o conhecimento científico do WATSU e, assim, também, promover uma melhor percepção do WATSU no setor de saúde.

Muitas perguntas desta pesquisa podem ser respondidas marcando. Estas poderão ser feitas em 15 minutos. No entanto, essa pesquisa também contém perguntas abertas, portanto, a duração real da conclusão depende da verbosidade de suas respostas escritas. Para a avaliação, além de uma parte estatística, planejo uma parte "qualitativa" **na qual cada observação é significativa, mesmo que seja introduzida por apenas uma pessoa.**

**Sobre mim.** Sou fisioterapeuta licenciado e pratico o WATSU e outras modalidades aquáticas há 20 anos. De 2008 a 2016, fui presidente da NAKA (associação de profissionais de WATSU na Suíça). Em 2014, após 4 anos de planejamento em grupo e captação de recursos, fui fundamental na abertura da primeira piscina pública de WATSU em Berna, a capital da Suíça. Em 2016, iniciei meus estudos de doutorado em terapias aquáticas passivas; meu comitê consultivo de tese inclui um médico, cientistas do esporte e do movimento e um psicólogo.

**O problema.** Como praticantes e clientes, todos nós experimentamos os inúmeros benefícios do WATSU. No entanto, houve poucos estudos clínicos baseados cientificamente documentando esses benefícios. Sem uma pesquisa baseada na ciência, o WATSU ainda não é levado tão a sério ou usado tão amplamente quanto deveria, e poucos planos de saúde cobrem o custo dos tratamentos.

**O plano.** Reunindo e analisando rigorosamente dados extensivos sobre os benefícios do WATSU, e depois comparando esses dados com a literatura científica atual, espero mostrar exatamente quais estudos clínicos do WATSU são necessários e se mostrariam mais proveitosos. No geral, minha dissertação tem três partes: 1) revisão da literatura científica atual do WATSU (concluída); 2) esta pesquisa, a análise de seus resultados e recomendações para estudos clínicos específicos; e 3) um teste clínico de US \$ 250.000 que compara os efeitos de curto prazo do WATSU com os da imersão em spa e a imersão no tanque de flutuação.

**Meu pedido.** Por favor, compartilhe sua experiência pessoal e profissional na WATSU na pesquisa [https://www.unipark.de/uc/IKOM\\_UniBern/f766/](https://www.unipark.de/uc/IKOM_UniBern/f766/), **o mais tardar até 21 de janeiro 2019.**

Obrigado por ajudar a melhorar o posicionamento científico e público do WATSU, preenchendo o questionário. Os resultados desta pesquisa poderão beneficiar os profissionais e clientes do WATSU em todo o mundo.

Sua contribuição é muito apreciada,

Agnes M. Schitter

PS: Se você conhece outros profissionais do WATSU, por favor, encaminhe esta pesquisa para eles também. Obrigado!

---

**UNIVERSITÄT  
BERN**

University of Bern  
Faculty of Medicine  
Institute of Complementary and Integrative Medicine IKIM

PT, MSc PT, PhD cand.  
Agnes M. Schitter  
Research Associate

Inselspital  
Personalhaus 4 / Eingang 5  
CH-3010 Bern  
Switzerland  
Tel. +41 31 632 97 58  
Fax +41 31 632 42 62  
[agnes.schitter@ikim.unibe.ch](mailto:agnes.schitter@ikim.unibe.ch)  
<http://www.ikim.unibe.ch>

- English

Dear WATSU colleague, Dear former WATSU practitioners,

**I'm writing to invite you to answer the attached questionnaire about WATSU** and your experience as a practitioner. I am gathering data as part of my doctoral thesis at Hildesheim University (Germany), with the intention of expanding the scientific understanding of WATSU and thus also promoting the improved perception of WATSU in the healthcare sector. Many questions of this survey can be answered by ticking. This could take about 15 minutes. However, this survey also contains open-ended questions, so the actual duration of completion depends on the verbosity of your written answers. For the evaluation, besides a statistical part, I plan a "qualitative" part in which every single observation is significant, even if it is introduced by only one person.

**About Me.** I am a licensed physiotherapist, and have been a practitioner of WATSU and other aquatic modalities for 20 years. From 2008-2016 I served as President of NAKA (the association of WATSU practitioners in Switzerland). In 2014, following 4 years of group planning and fundraising, I was instrumental in opening the first public WATSU pool in Bern, the capital of Switzerland. In 2016, I began my doctoral studies in passive aquatic therapies; my thesis advisory committee includes a physician, sports and movement scientists, and a psychologist.

**The Problem.** As practitioners and clients, we have all experienced the myriad beneficial effects of WATSU. However, there have been few science-based clinical studies documenting these benefits. Without science-based research, WATSU is still not taken as seriously or used as widely as it should be, and few insurance plans cover the cost of treatments.

**The Plan.** By gathering and rigorously analyzing extensive anecdotal data on WATSU's benefits, and then comparing this data to the current scientific literature, I hope to show exactly what clinical studies of WATSU are needed and would prove most fruitful. Overall, my dissertation has three parts: 1) review of the current scientific WATSU literature (completed); 2) this survey, the analysis of its results, and recommendations for specific clinical studies; and 3) a \$250,000 clinical trial comparing short-term effects of WATSU with those of spa soaking, and flotation tank soaking.

**My Request.** Please share your personal and professional WATSU experience on the attached survey:

[https://www.unipark.de/uc/IKOM\\_UniBern/68bb/](https://www.unipark.de/uc/IKOM_UniBern/68bb/) **at the latest by January 21<sup>st</sup> 2019**


**Although this survey is conducted in English, you may respond in your own language and script!**

Thank you for helping to improve the scientific and public positioning of WATSU by completing the questionnaire. The results of this survey could benefit WATSU practitioners and clients around the world.

Your contribution is greatly appreciated,

Agnes M. Schitter

PS If you know other WATSU practitioners, please forward this survey to them for their input as well. Thank you!



---

**UNIVERSITÄT  
BERN**

University of Bern  
Faculty of Medicine  
Institute of Complementary and Integrative Medicine IKIM

PT, MSc PT, PhD cand.  
Agnes M. Schitter  
Research Associate

Inselspital  
Personalhaus 4 / Eingang 5  
CH-3010 Bern  
Switzerland  
Tel. +41 31 632 97 58  
Fax +41 31 632 42 62  
[agnes.schitter@ikim.unibe.ch](mailto:agnes.schitter@ikim.unibe.ch)  
<http://www.ikim.unibe.ch>