

Disebut terapi air, atau terapi aqua, atau aqua therapy karena penggunaan media air dan resistant air yang diinduksi untuk meningkatkan fungsi fisik yang mengalami gangguan dengan tujuan sebagai metode untuk merehabilitasi, atau re-edukasi, tubuh manusia. Untuk anak-anak dengan Cerebral Palsy, air dapat menjadi kekuatan penyembuhan yang efektif karena lebih dari 50 persen dari berat badan kita adalah air. Gravitasi akan memberikan dampak terhadap berat dan pergerakan badan. Air mengurangi berat tubuh manusia sekitar 90 persen dalam ketinggian bahu anak, yang memungkinkan anak-anak dan orang dewasa untuk bergerak dan mengambang dengan tidak memberikan beban tekanan yang berlebihan pada sistem muskuloskeletal yang diakibatkan pengaruh kehilangan gaya gravitasi berat badan.

Terapi Aqua adalah salah satu media terbaik untuk anak dengan Cerebral Palsy untuk meningkatkan fungsi fisik, terutama jika anak mendapat gangguan kemampuan fungsi gerak. Apa yang membuat terapi air selain terapi fisik tradisional adalah bahwa air dalam kedalaman tertentu mampu memberikan efek restoratif dan detoksifikasi, memberikan daya apung yang membuat latihan fisik baik itu latihan aerobik dan anaerobik mudah dilakukan secara efektif dan aman.

Beberapa referensi menjabarkan bahwa terapi air bertujuan untuk:

- Meningkatkan fungsi fisik
- Mengembangkan dan mempertahankan kontrol fisik
- Meningkatkan prospek psikologis
- Meningkatkan konsep diri dan kepercayaan diri
- Meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup

Manfaat terapi air bagi anak-anak dengan gangguan Cerebral Palsy diantaranya:

- Memberikan latihan perlawanan (resistensi yang aman)
- Dapat meningkatkan perluasan gerak sendi dan fleksibilitas otot yang lebih luas tanpa resiko cedera
- Menurunkan tingkat stres dan ketegangan psikologis
- Mengurangi rasa sakit dan ketegangan pada otot dan sendi melalui gerakan yang bervariasi
- Meningkatkan fungsi kardiovaskular karena jantung memompa lebih banyak darah per menit ketika tubuh terendam dalam air
- Mengurangi ketidaknyamanan pasca latihan, hal ini karena latihan di air sangat minim benturan-benturan sendi tulang dan berkurangnya beban kerja otot untuk menjaga kesetabilan dan keseimbangan tubuh selama bergerak di air

Meskipun terapi fisik tradisional dapat efektif dalam melatih anak-anak dengan Cerebral Palsy, akan tetapi dengan dilakukannya metode terapi air dapat memberikan manfaat tambahan dari hydrating, oxygenating dan revitalisasi sistem muskuloskeletal tubuh. Tarikan gravitasi dilepaskan dan kualitas bobot tercapai, Meningkatnya repetisi dan porsi gerakan yang dilakukan dapat lebih berkelanjutan serta terasa tidak membebani.

Selain itu viskositas air memberikan sumber resistensi yang sangat baik sehingga sangat tepat bila dijadikan media program terapi misalnya, berjalan di air memberikan kesempatan lebih banyak 10 kali daripada berjalan di darat yang artinya terapi air bisa memanfaatkan latihan yang lebih intens dalam lingkungan yang menenangkan dan menghibur.