



RESUMO

MÉTODO PILATES NA ESCLEROSE MÚLTIPLA

AUTOR PRINCIPAL:

CARINA VALDUGA

E-MAIL:

112970@upf.br

TRABALHO VINCULADO À BOLSA DE IC::

Não

CO-AUTORES:

CRISTINA GOBBI PICCININI
JANAÍNA COSTA SCHIAVINATO
RACHEL RICHETTI

ORIENTADOR:

SHEILA GEMELLI DE OLIVEIRA

ÁREA:

Ciências Biológicas e da Saúde

ÁREA DO CONHECIMENTO DO CNPQ:

4.08.00.00-8

UNIVERSIDADE:

UNIVERSIDADE DE PASSO FUNDO

INTRODUÇÃO:

A Esclerose Múltipla (EM) é uma doença crônica de longa duração, fazendo da reabilitação um processo importante para a manutenção da funcionalidade, e melhora na qualidade de vida (QV). Entre as manifestações clínicas da esclerose múltipla podemos citar: fadiga, fraqueza motora, espasticidade, desequilíbrio, perda de sensibilidade e depressão. Assim, o exercício físico é bem tolerado e induz melhorias relevantes no funcionamento físico e mental de portadores de EM. O Método Pilates é um programa de treinamento físico e mental que considera o corpo e a mente como uma unidade. Consiste em 6 princípios básicos sendo eles: concentração, precisão, controle, centralização, respiração e fluidez. O método visa a melhoria da qualidade de vida e funcionalidade e tem se demonstrado eficiente na prevenção e no tratamento de várias patologias. Diante deste contexto o objetivo deste trabalho é analisar a influência do método Pilates no processo de reabilitação de pacientes com esclerose múltipla.

METODOLOGIA:

Estudo de casos, desenvolvido com três pacientes do gênero feminino, com média de idade de 37,3333 anos com diagnóstico clínico de EM. Os atendimentos foram realizados em um Studio de Pilates, no município de Passo Fundo/RS, no período de março a agosto de 2012, totalizando 20 sessões com duração de 45 minutos cada. Foram realizadas duas avaliações pré e pós intervenção, usando a Escala de Determinação da Qualidade de Vida na Esclerose Múltipla (DEFU), Goniometria e Teste Manual de Função Muscular. Os dados foram analisados através do teste estatístico de McNemare t de Student admitindo ser significativo quando o p-value < 0,05.

RESULTADOS E DISCUSSÕES:

A avaliação fisioterapêutica neurofuncional foi realizada no início e no término da pesquisa. Ao comparar as avaliações pré e pós intervenção de força muscular (FM), amplitude de movimento (ADM) e DEFU, é possível constatar que a avaliação do DEFU obteve-se diminuição do escore de aproximadamente 40%. Seguindo do DEFU, a ADM apresentando um aumento de equivalente a 10%. Na FM adquiriu-se um aumento de 3,0%. A EM é uma patologia imprevisível, não existe dois paciente cuja doença siga o mesmo curso e cada indivíduo sofre variações ao longo do desenvolvimento da doença. Essa incerteza adiciona uma carga significativa aos problemas físicos causados pela EM. A prática do Método Pilates como forma de tratamento para pacientes com EM, promove o reforço do centro de força, a estabilização corporal durante as atividades dinâmicas e estáticas, além, de promover o equilíbrio, resistência e flexibilidade das pacientes. A melhora da FM das voluntárias estudadas foi evidenciada através dos resultados do Teste Manual de Função Muscular, essa melhora foi obtida através do método Pilates, pois, este método é dotado de um mecanismo de molas que favorecem os movimentos. No nosso estudo, obteve-se diferença estatisticamente significativa na FM ($p= 0,001$), foi possível observar que as pacientes conseguiram aumentar a FM perante a progressão da doença. Ao avaliar a QV, observamos uma melhora significativa na qualidade de vida pós intervenção. Os itens que apresentaram diferença estatisticamente, foram a mobilidade ($p= 0,008$), e o item pensamento e fadiga ($p=0,041$). Acredita-se que esta melhora nos itens fadiga e mobilidade seja decorrente da particularidade do método Pilates, respeitando o limite de cada paciente, com aulas individuais de acordo com os déficits e limitações. O aumento da mobilidade das pacientes permitiu a melhora do grau de independência funcional, fazendo com que realizem sua AVD's sem ajuda de cuidadores ou familiares.

CONCLUSÃO:

O programa através do método Pilates proposto para o tratamento das pacientes da pesquisa teve um efeito positivo quanto à melhora da qualidade de vida, amplitude de movimento e força muscular.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. RODRIGUES If, NIELSON Mbp, MARINHO Ar. Avaliação da fisioterapia sobre o equilíbrio e a qualidade de vida em pacientes com esclerose múltipla. Revista Neurociência. V. 16, p. 269-274, 2008.
2. FRANKEL, D. Esclerose Múltipla. In: Umpherd DA. Reabilitação neurológica. São Paulo, Manole, 2004. p.627-47.
3. FREEMAN J, FOX E, GEAR M, HOUGH A. Pilates based core stability training in ambulant individuals with multiple sclerosis: protocol for a multi-centre randomised trial. BMC Neurology. V.12, p.1

Assinatura do aluno

Assinatura do orientador