

V SEMANA DO CONHECIMENTO

**CONSTRUINDO CONHECIMENTOS
PARA A REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES**

1 A 5 DE OUTUBRO DE 2018



Marque a opção do tipo de trabalho que está inscrevendo:

() **Resumo**

(x) **Relato de Caso**

O Método Pilates no Impacto Femoroacetabular: Relato de experiência.

AUTOR PRINCIPAL: Amanda Beneduzi.

CO-AUTORES: Letícia Schuh de Arruda e Tainá Miotto.

ORIENTADOR: Juliana Secchi Batista.

UNIVERSIDADE: Universidade de Passo Fundo - UPF.

INTRODUÇÃO

Joseph Pilates, criador do método, durante a Primeira Guerra Mundial enquanto confinado em um campo de concentração elaborou exercícios visando manter o condicionamento físico. Desenvolvendo os atuais aparelhos utilizados, sendo eles o cadillac, reformer, barrel e chair. Por ser uma criança debilitada, sempre praticou diversas atividades as quais, foram a base para a criação do método pilates, anteriormente conhecido como “contrology”. O método Pilates tem o objetivo de trabalhar a relação entre corpo e mente através de seus princípios, tais como concentração, fluidez, respiração e precisão (CAMARÃO, 2004). O impacto femoro acetabular são lesões ocasionadas pelo contato entre o acetábulo e o colo do fêmur, devido às forças de cisalhamento e os movimentos repetitivos do quadril, como flexão, rotação interna e adução (VOLPON, 2016). Objetivo deste trabalho é relatar a experiência do método pilates em um indivíduo com impacto femoro acetabular.

DESENVOLVIMENTO:

O laboratório de Pilates da Clínica de Fisioterapia da UPF, disponibilizou 6 vagas para atendimento de seus funcionários. Obteve como critério de inclusão patologias da coluna vertebral, membro superior e membro inferior. Assim, para este trabalho foi selecionado uma voluntária do gênero feminino, com 52 anos, tendo como profissão intérprete, com diagnóstico clínico de impacto femoro acetabular e outras patologias associadas como escoliose e hérnia de disco lombossacral. Inicialmente foi realizado uma avaliação fisioterapêutica onde constatou-se que mecanismo compensatório do impacto femoro acetabular ocasionou disfunções relacionadas a postura, equilíbrio

V SEMANA DO CONHECIMENTO

**CONSTRUINDO CONHECIMENTOS
PARA A REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES**

1 A 5 DE OUTUBRO DE 2018



estático e dinâmico, diminuição da força muscular, e alteração da mobilidade da coluna principalmente nas regiões cervical e torácica. Foi elaborado um plano de tratamento com o objetivo de melhorar a mobilidade intra articular, aumentar a amplitude de movimento, fortalecimento muscular, flexibilidade, equilíbrio e intensificar a capacidade cardiorrespiratória, além de promover uma melhor qualidade de vida para a voluntária. As sessões iniciavam-se com o pré-pilates, que consiste em exercícios para ativar o controle respiratório, em seguida eram realizados os exercícios mantendo o rodízio dos aparelhos, a cada sessão. Devido ao impacto femoro acetabular, os exercícios tinham a necessidade de serem adaptados a fim de evitar os movimentos compensatórios. Após a intervenção, foi realizado uma reavaliação fisioterapêutica, onde a voluntária apresentou melhora da força muscular, assim como aumento da amplitude de movimento de membro superior e inferior. O laboratório de pilates, durante o semestre, pode proporcionar uma vivência prática altamente significativa que o mercado de trabalho exige. Sendo um diferencial em nossos currículos, além de proporcionar o contato entre paciente e terapeuta, deixando de lado as frustrações e diferentes anseios que poderiam vir a acontecer no decorrer dos atendimentos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS:

O método pilates proporcionou uma melhora da funcionalidade global da voluntária com diagnóstico de impacto femoro acetabular.

REFERÊNCIAS

CAMARÃO, T. Pilates no Brasil: corpo e movimento. Rio de Janeiro: Elsevier, 2004. 2 ed.

VOLPON, José Batista. Impacto femoroacetabular. Rev. bras. ortop., São Paulo, v. 51, n. 6, p. 621-629, 2016.

NÚMERO DA APROVAÇÃO CEP OU CEUA (para trabalhos de pesquisa): Não se aplica.

ANEXOS

Aqui poderá ser apresentada somente uma página com anexos (figuras e/ou tabelas), se necessário.