

CONIC SEMESP

17º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: EFEITOS DE UMA SESSÃO DE PILATES SOBRE A POSTURA E VARIÁVEIS PULMONARES DE IDOSOS COM DOENÇA PULMONAR OBSTRUTIVA CRÔNICA

CATEGORIA: EM ANDAMENTO

ÁREA: CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E SAÚDE

SUBÁREA: FISIOTERAPIA

INSTITUIÇÃO: UNIVERSIDADE SÃO JUDAS TADEU

AUTOR(ES): GABRIELA CRISTINA BALDINI PINHEIRO, ALICE DA SILVA COSTA, JUSSARA NÓBREGA SILVA

ORIENTADOR(ES): JULIANA VALENTE FRANCICA GRILLETTI

COLABORADOR(ES): MÁRCIA BARBANERA

Realização:

SEMESP 

Apoio:


CENTRO UNIVERSITÁRIO ÍTALO BRASILEIRO

RESUMO

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é caracterizada por uma obstrução crônica ao fluxo aéreo, que não é totalmente reversível. Geralmente causada por uma inflamação pulmonar que causam lesões pulmonares. O principal sintoma clínico é a dispneia, porém, além desta o paciente pode apresentar aumento no diâmetro ântero-posterior da caixa torácica, cifose torácica, utilização excessiva da musculatura acessória da respiração e redução da força muscular. O Método Pilates® foi desenvolvido por Joseph Hubertus Pilates. Pilates, na infância, que sofreu com doenças respiratórias como: asma e bronquite. Na primeira Guerra mundial, estava confinado em Lancaster, e começou a desenvolver exercícios físicos para manter os soldados fortes e manter sua sobrevivência. Devido à observação dessas alterações na musculatura acessória desses pacientes, surgiu a seguinte pergunta: Pode o Método Pilates contribuir para uma melhora na postura e na mobilidade da caixa torácica de pacientes com DPOC? Sendo assim, este estudo tem como objetivo avaliar o efeito de uma sessão de Pilates® na postura e em variáveis pulmonares destes pacientes. Serão recrutados para participarem do estudo 10 indivíduos, do Setor de Reabilitação pulmonar da Universidade São Judas Tadeu. Os participantes realizarão uma sessão de familiarização com a atividade proposta, após 7 dias, realizarão a sessão de Pilates e serão submetidos a avaliação postural, seguida de avaliações respiratórias, como cirtometria, manovacuometria e Peak Flow, antes e após a sessão de Pilates. O presente estudo ainda se encontra em fase de início das coletas, sendo assim não existem dados ainda a serem discutido. Nossa hipótese é de que esses participantes terão discreta melhora postural, sem, no entanto, apresentarem qualquer melhora nas variáveis respiratórias analisadas.

INTRODUÇÃO

A Doença Pulmonar Obstrutiva Crônica (DPOC) é caracterizada por uma obstrução crônica ao fluxo aéreo, que não é totalmente reversível e geralmente é progressiva. Essa doença é normalmente causada por uma inflamação pulmonar em resposta a gases e partículas tóxicas, que gradualmente causam lesões nos brônquios, bronquíolos e parênquima pulmonar. É uma doença que causa grande impacto social e econômico, com altas taxas de mortalidade e morbidade mundial

(GOLD, 2017). O principal sintoma clínico é a dispneia, no entanto, além desta o paciente pode apresentar aumento no diâmetro ântero-posterior da caixa torácica, cifose torácica, utilização excessiva da musculatura acessória da respiração, além de caquexia e redução da força muscular (DOURADO, 2006).

O Método Pilates® foi desenvolvido por Joseph Hubertus Pilates. Pilates, na infância, sofreu com doenças respiratórias como: asma e bronquite. Na primeira Guerra mundial, estava confinado no campo de concentração de Lancaster, e foi onde começou a desenvolver exercícios físicos para manter os soldados fortes e manter sua sobrevivência. Esta técnica consiste em exercícios resistidos que favorecem o treinamento muscular, cuja aplicação está baseada em 6 princípios fundamentais: respiração, concentração, centro, controle, precisão e fluidez (FRANCO, 2014).

Devido à observação dessas alterações na musculatura acessória desses pacientes e sua repercussão na caixa torácica, surgiu a seguinte pergunta: Pode o Método Pilates contribuir para uma melhora na postura e na mobilidade da caixa torácica de pacientes com DPOC?

OBJETIVO

Sendo assim, este estudo tem como objetivo avaliar o efeito de uma sessão de Pilates® na postura e em variáveis pulmonares de pacientes com DPOC.

METODOLOGIA

Serão recrutados para participarem do estudo 10 indivíduos, da lista de espera para o Setor de Reabilitação pulmonar da Universidade São Judas Tadeu, de ambos os gêneros e com o diagnóstico de DPOC leve a moderado. Serão excluídos da amostra os pacientes que estiverem com sua DPOC agudizada no momento da intervenção, que apresentem qualquer problema de ordem músculo esquelética que inviabilize a execução dos exercícios propostos e aqueles que não comparecerem ao dia da coleta de dados.

Após a assinatura do TCLE, os participantes realizarão uma sessão de familiarização com a atividade proposta, sendo que 7 dias após essa data, os participantes serão convidados a retornarem para o Laboratório para a sessão de

Pilates. Nesse dia serão submetidos a avaliação postural, seguida de avaliações respiratórias, como cirtometria (medida de circunferência de tórax), manovacuumetria (medida de pressão inspiratória e expiratória máxima) e Peak Flow (avaliação do pico de fluxo nas vias aéreas), antes e após a sessão.

A sessão será composta pelos seguintes exercícios de Mat Pilates (Pilates no solo): ativação do transverso do abdômen, círculos com as pernas, abdômen superior, Mermaid sentado na bola suíça, retração escapular, mobilização torácica, ponte, extensão da coluna em W, preparação para nado de peito, círculos com os braços.

DESENVOLVIMENTO

A presente pesquisa envolve temática importante para a área da Reabilitação Pulmonar, pois pretende verificar se o Método Pilates promove melhora na mobilidade torácica, e se uma única sessão aguda já promove benefícios para essa população estudada.

RESULTADOS PRELIMINARES

O estudo ainda se encontra em fase de início das coletas, sendo assim não existem dados ainda a serem discutido. Nossa hipótese é de que esses participantes terão discreta melhora postural, sem, no entanto, apresentarem qualquer melhora nas variáveis respiratórias analisadas.

FONTES CONSULTADAS

DOURADO, V.Z. Alterações musculares na doença pulmonar obstrutiva crônica. Revista de Fisioterapia da USP, v.13, n.3, 2006.

FRANCO, C. B. et al. Effects of Pilates mat exercises on muscle strength and on pulmonary function in patients with cystic fibrosis*. J Bras Pneumol, .2014;40(5):521-527

GOLD. Global initiative for chronic obstructive of lung disease. 2017 report. Link de acesso:<http://goldcopd.org/wp-content/uploads/2016/12/wms-GOLD-2017-Pocket-Guide.pdf>. Acesso em 01/09/2017.