

## **INTERVENÇÃO COM O MÉTODO PILATES NO ATENDIMENTO DE UMA PACIENTE COM DIAGNOSTICO DE ESPONDILOLISTESE.**

Lívia Alice Ramalho<sup>1</sup>, Théo Abatipietro Costa<sup>1</sup>, Natássia Fernandes Costa<sup>2</sup>

1- Mestrado em Ciências da Reabilitação – Uninove – SP – Brasil

2- Universidade Estácio de Sá – Ourinhos – SP – Brasil

Email: lialice.to@gmail.com

**Introdução:** A espondilolistese é uma patologia caracterizada pelo deslizamento anterior de uma vértebra superior sobre a vértebra subjacente. O deslizamento vertebral pode gerar acometimentos sensitivos, motores e neurológicos. O Método Pilates é uma das técnicas de condicionamento físico/mental e terapêutico que vem sendo difundido cada vez mais no Brasil. Sabendo-se dos benefícios que esse recurso terapêutico pode trazer aos pacientes que são tratados e reabilitados com exercícios que seguem seus princípios. **Objetivo:** o presente estudo objetivou realizar uma intervenção fisioterapêutica através de exercícios de pilates para investigar e demonstrar a eficácia do método no tratamento e reabilitação de uma paciente com espondilolistese de grau I em nível L4-L5. **Metodologia:** O tipo de estudo adotado na realização desse trabalho foi um estudo de caso, com metodologia qualitativa. A pesquisa foi dividida em 3 etapas: avaliação fisioterapêutica inicial, intervenção fisioterapêutica utilizando um protocolo de exercícios de pilates pré-estabelecidos em aparelhos específicos, e avaliação fisioterapêutica final. **Resultado:** Melhora do quadro algico da paciente, melhora da mobilidade lombossacra, melhora da mobilidade global e a paciente não apresentou mais sinais de compressão nervosa (nervo ciático) à esquerda, além disso, a paciente aprimorou sua conscientização corporal e seu alinhamento postural. **Através do estudo realizado, Conclusão:** O Método Pilates foi um recurso terapêutico eficaz no tratamento da paciente com espondilolistese quando se trata de um estudo de caso, seria interessante fazer um estudo com um N maior para termos resultados estatisticamente relevantes.

**Palavras-chave:** Espondilolistese. Fisioterapia. Método Pilates.

---

