



EFEITO DO PILATES PARA PORTADORES DE FIBROSE CÍSTICA

Fernanda Helena Sedlmaier
Rafael Antonio Santos De Oliveira
Ana Letícia Padeski Ferreira de Azevedo

Resumo

A fibrose cística (FC) é uma doença pulmonar obstrutiva crônica (DPOC) de origem genética, incurável, que acomete diversos sistemas do organismo, sendo que o sistema pulmonar é o mais afetado e o maior causador de mortes. Atinge principalmente a população caucasiana e estima-se que a incidência da doença seja 1:7.576. O diagnóstico da FC é obtido por meio do teste do pezinho, pela aferição da quantidade de cloro no suor ou pelo teste genético. Os principais sintomas da doença podem variar de caso por caso, de acordo com a faixa etária e a progressão da mesma. De um modo geral, os principais sintomas são: pneumonia de repetição, tosse crônica, dificuldade para ganhar peso e estatura, diarreia, suor mais salgado que o normal, pólipos nasais, baquetamento digital. O tratamento para a FC pode variar de acordo com o quadro clínico do paciente e é composto por fisioterapia respiratória diária, atividades físicas para o fortalecimento dos músculos pulmonares e aumento da capacidade respiratória, ingestão de enzimas, antibióticos, polivitamínicos. O acometimento pulmonar difere do de outros órgãos em inúmeros aspectos, a começar pela falta de linearidade observada entre o grau de disfunção da CFTR e a gravidade da doença pulmonar. No entanto, a doença pulmonar é a principal causa de morbidade e mortalidade na FC. De acordo com os presentes dados, o seguinte trabalho irá abordar sobre a doença pulmonar na FC e os possíveis tratamentos para esta, por meio da inserção aos exercícios do método Pilates (Contrologia). De acordo com o que foi mencionado acima, busca-se identificar os efeitos do método Pilates para portadores de FC, visto que este método busca a melhora da qualidade de vida, realizando exercícios de fortalecimento global do corpo, baseando-se em seis princípios: concentração, controle, fluidez, respiração, precisão e centralização. Visa o fortalecimento da caixa de força corporal (Core) bem como o controle dos movimentos em conjunto com a respiração correta. O presente trabalho é movido por um interesse pessoal, decorrente de um acontecimento familiar, além de buscar a ampliação dos estudos referentes a fibrose cística, capacidade pulmonar e qualidade de vida na área acadêmica. Busca também a melhoria social, através da atividade física. Objetiva-se em descobrir quais são os efeitos do método Pilates para portadores de Fibrose Cística, realizar uma comparação entre artigos, verificar possíveis melhoras decorrentes dos



exercícios. Bem como realizar uma revisão bibliográfica referente ao assunto, pesquisando nas bases de dados Lilacs e Scielo bibliografias em português e inglês e que continham as palavras-chave: Método Pilates, Fibrose Cística e Comprometimento Pulmonar. Posteriormente, analisar todos os dados reunidos para que se chegue à uma conclusão que ainda está em andamento, acerca da temática.

Palavras-chave: Método Pilates; Contrologia; Fibrose Cística; Comprometimento pulmonar.