

# Fundamentos e Práticas da Fisioterapia 4

Larissa Louise Campanholi  
(Organizador)



**Atena**  
Editora

Ano 2018

**LARISSA LOUISE CAMPANHOLI**

(Organizadora)

**Fundamentos e Práticas da  
Fisioterapia  
4**

Atena Editora  
2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

**Editora Chefe:** Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

**Diagramação e Edição de Arte:** Geraldo Alves e Natália Sandrini

**Revisão:** Os autores

#### **Conselho Editorial**

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas  
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília  
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa  
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná  
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia  
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná  
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul  
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria  
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná  
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia  
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice  
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense  
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul  
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins  
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte  
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa  
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão  
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará  
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista  
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará  
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas  
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande  
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

#### **Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)**

F981 Fundamentos e práticas da fisioterapia 4 [recurso eletrônico] /  
Organizadora Larissa Louise Campanholi. – Ponta Grossa (PR):  
Atena Editora, 2018. – (Fundamentos e Práticas da Fisioterapia;  
v. 4)

Formato: PDF  
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader  
Modo de acesso: World Wide Web  
Inclui bibliografia  
ISBN 978-85-85107-52-9  
DOI 10.22533/at.ed.529180110

1. Fisioterapia. I. Campanholi, Larissa Louise.

CDD 615.82

**Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422**

O conteúdo do livro e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

[www.atenaeditora.com.br](http://www.atenaeditora.com.br)

## APRESENTAÇÃO

A fisioterapia é uma ciência relativamente nova, pois foi reconhecida no Brasil como profissão no dia 13 de outubro de 1969. De lá para cá, muitos profissionais tem se destacado na publicação de estudos científicos, o que gera um melhor conhecimento para um tratamento mais eficaz.

Atualmente a fisioterapia tem tido grandes repercussões, sendo citada frequentemente nas mídias, demonstrando sua importância e relevância.

Há diversas especialidades, tais como: Fisioterapia em Acupuntura, Aquática, Cardiovascular, Dermatofuncional, Esportiva, em Gerontologia, do Trabalho, Neurofuncional, em Oncologia, Respiratória, Traumato-ortopédica, em Osteopatia, em Quiropraxia, em Saúde da Mulher e em Terapia Intensiva.

O fisioterapeuta trabalha tanto na prevenção quanto no tratamento de doenças e lesões, empregando diversas técnicas como por exemplo, a cinesioterapia e a terapia manual, que tem como objetivo manter, restaurar ou desenvolver a capacidade física e funcional do paciente.

O bom profissional deve basear sua conduta fisioterapêutica baseada em evidências científicas, ou seja, analisar o resultado dos estudos e aplicar em sua prática clínica.

Neste volume 4, apresentamos a você artigos científicos relacionados à fisioterapia traumato-ortopédica.

Boa leitura.

Larissa Louise Campanholi

## SUMÁRIO

<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>1</b>
ANÁLISE DO COMPORTAMENTO DOS NÍVEIS DE CREATINA QUINASE E FORÇA MUSCULAR EM EXERCÍCIOS REALIZADOS NO SOLO E NA ÁGUA	
<i>Conrado Pizzolato Castanho</i> <i>Amanda Figueiró dos Santos</i> <i>Alecsandra Pinheiro Vendrusculo</i>	
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>12</b>
ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA EM UM PACIENTE COM HEMOFILIA TIPO A GRAVE: RELATO DE CASO	
<i>Andréa Vasconcelos Moraes</i> <i>Kleyva Gomes Rodrigues</i> <i>Karolina Castro Melo</i> <i>Ana Karolina Martins Cavalcante</i>	
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>18</b>
COMPARAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA E CAPACIDADE FUNCIONAL DE PACIENTES COM HÉRNIA DE DISCO LOMBAR PRATICANTES DO MÉTODO PILATES® E FISIOTERAPIA CONVENCIONAL	
<i>Francisco Dimitre Rodrigo Pereira Santos</i> <i>Eronilde Silva Gonçalves</i> <i>Nátalia Cardoso Brito</i> <i>Poliene Tavares Cantuária</i> <i>Vanessa Lima Barbosa Alves</i> <i>Waueverton Bruno Wyllian Nascimento Silva</i>	
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>30</b>
CUSTO HOSPITALAR DEVIDO À ARTROSE NO NORDESTE	
<i>Anderson Araújo Pereira</i> <i>Brigida Monteiro Gualberto Montenegro</i> <i>Felipe Longo Correia de Araújo</i> <i>Gilmara Moraes de Araújo</i> <i>Pollyanna Izabelly Pereira Moraes</i> <i>Tarsila Fernandes Vidal</i>	
<b>CAPÍTULO 5</b> .....	<b>37</b>
DESAFIOS DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DOR ARTICULAR POR CHIKUNGUNYA	
<i>Tarcísio Viana Cardoso</i> <i>Ana Paula Almeida Ladeia</i> <i>Janne Jéssica Souza Alves</i> <i>Jéssica Viana Gusmão</i>	
<b>CAPÍTULO 6</b> .....	<b>48</b>
DESEMPENHO DA FORÇA MUSCULAR ISOCINÉTICA DE TORNOZELO EM MULHERES EUTRÓFICAS E COM EXCESSO DE MASSA CORPORAL	
<i>Tânia Cristina Dias da Silva Hamu</i> <i>Amanda Marques Faria</i> <i>Pâmela Abreu Vargas Barbosa</i>	
<b>CAPÍTULO 7</b> .....	<b>62</b>
EFEITOS DA TÉCNICA DE MOVIMENTOS OSCILATÓRIOS E/OU BREVEMENTE MANTIDOS SOBRE O TECIDO NEURAL EM PORTADORES DE LOMBOCIATALGIA CRÔNICA NÃO ESPECÍFICA	
<i>Karine Carla Zanette</i> <i>Rodrigo Arenhart</i> <i>Arthiese Korb</i>	

**CAPÍTULO 8 ..... 77**

EFEITOS DO KINESIO TAPING NA DOR E NO DESEMPENHO NEUROMUSCULAR DE INDIVÍDUOS COM SÍNDROME DA DOR FEMOROPATELAR: REVISÃO SISTEMÁTICA

*Samara Alencar Melo*

**CAPÍTULO 9 ..... 89**

EFEITOS DO TREINAMENTO PROPRIOCEPTIVO SOBRE O CONTROLE NEUROFUNCIONAL E A INCIDÊNCIA DE ENTORSES DE TORNOZELO EM ESGRIMISTAS

*Gabriela Souza de Vasconcelos*

*Anelize Cini*

*Rafael Grazioli*

*Felipe Minozzo*

*Cláudia Silveira Lima*

**CAPÍTULO 10 ..... 104**

FIBROMIALGIA E SUAS POSSIBILIDADES TERAPÊUTICAS

*Simone Sousa de Maria*

*Raissa da Silva Matos*

*Francisca Edilziane Rodrigues da Silva*

*Cíntia Maria Torres Rocha Silva*

*Luísa Maria Antônia Ferreira*

*Marcelo Correia Teixeira Filho*

**CAPÍTULO 11 ..... 115**

IMPACTO DE INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA EM PACIENTES PORTADORES DE FIBROMIALGIA

*Maria de Fátima Alcântara Barros*

*Antonio Geraldo Cidrão de Carvalho*

*Maria das Graças Rodrigues de Araújo*

*José Félix de Brito Júnior*

*Luís Eduardo Ribeiro de Oliveira Filho*

*Mayrton Flávio Venâncio dos Santos*

*Rodrigo José Andrade de Menezes*

*Arthemis Maria Augusto Leitão da Cunha*

**CAPÍTULO 12 ..... 132**

INVESTIGAÇÃO DA POSTURA CORPORAL EM ESCOLARES

*Matheus Barros Moreira*

*William Luiz Rosa*

*Igor Barbosa Avila*

*Ígor Lima Marengo*

*Débora Bonesso Andriollo*

**CAPÍTULO 13 ..... 138**

PERFIL EPIDEMIOLÓGICO DE UMA MICRO POPULAÇÃO AMAZÔNICA USUÁRIA DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE DE BELÉM-PA.

*Joina França da Cruz*

*Aline Trajano da Costa Souza*

*Rafael Diniz Ferreira*

*Susanne Lima de Carvalho*

*Lorena de Amorim Duarte*

**CAPÍTULO 14 ..... 144**

PREVALÊNCIA DE LESÕES MUSCULOESQUELÉTICAS EM UMA CLÍNICA ESCOLA DE BELÉM / PARÁ

*Rafael Diniz Ferreira*

*Joina França da Cruz*

*Susanne Lima de Carvalho*

<b>CAPÍTULO 15</b> .....	<b>154</b>
PREVENÇÃO NO AMBIENTE ESCOLAR	
<i>Renata Oliveira da Costa</i>	
<i>Vitória dos Santos Wundervald</i>	
<i>Rafaela Silveira Maciazeki</i>	
<i>Bruna König dos Santos</i>	
<i>Lisandra de Oliveira Carrilho</i>	
<i>Tatiana Cecagno Galvan</i>	
<b>CAPÍTULO 16</b> .....	<b>164</b>
PROJETO POSTURA LEGAL: PROGRAMA DE EDUCAÇÃO POSTURAL INTEGRADA NA ESCOLA	
<i>Karen Valadares Trippo</i>	
<i>Arnaud Soares de Lima Junior</i>	
<b>CAPÍTULO 17</b> .....	<b>180</b>
AVALIAÇÃO DOS DISTÚRBIOS DO SONO E DA QUALIDADE DE VIDA EM MULHERES FIBROMIÁLICAS	
<i>Julianny Nunes de Sousa Xavier</i>	
<i>Eduardo Willans dos Santos Vicente</i>	
<i>Marsilvio Pereira Rique</i>	
<i>Luciene Leite Silva</i>	
<i>Renata Alves de Souza</i>	
<i>José Artur de Paiva Veloso</i>	
<b>CAPÍTULO 18</b> .....	<b>192</b>
REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL EM PACIENTE COM FIBROMIALGIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA	
<i>Raissa da Silva Matos</i>	
<i>Francisca Edilziane Rodrigues da Silva</i>	
<i>Brenda Lima de Araújo</i>	
<i>Luísa Maria Antônia Ferreira</i>	
<i>Simone Sousa de Maria</i>	
<i>Tatiana Lúcia da Rocha Carvalho</i>	
<b>CAPÍTULO 19</b> .....	<b>198</b>
REPERCUSSÕES DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL EM ESCOLARES	
<i>Igor Lima Marengo</i>	
<i>Matheus Barros Moreira</i>	
<i>Igor Barboza Avila</i>	
<i>William Luis Rosa</i>	
<i>Débora Bonesso Andriollo</i>	
<b>CAPÍTULO 20</b> .....	<b>204</b>
SÍNDROME DO PIRIFORME: DESCRIÇÃO DE UMA VARIAÇÃO ANATÔMICA ENTRE O MÚSCULO PIRIFORME E NERVO ISQUIÁTICO	
<i>Marcos Guimarães de Souza Cunha</i>	
<i>Karla Cristina Angelo Faria Gentilin</i>	
<i>Nicole Braz Campos</i>	
<i>Paulo César da Silva Azizi</i>	
<i>Priscila dos Santos Mageste</i>	
<i>Sérgio Ibañez Nunes</i>	
<i>Thais Barros Corrêa Ibañez</i>	
<b>CAPÍTULO 21</b> .....	<b>209</b>
TENDINOPATIA DO SUPRAESPINHOSO: UMA PROPOSTA DE TRATAMENTO	
<i>Ana Isabel Costa Buson</i>	

*Rinna Rocha Lopes*  
*Josenilda Malveira Cavalcanti*  
*Paulo Fernando Machado Paredes*

**CAPÍTULO 22 ..... 213**

TESTE DE EQUILÍBRIO EM CRIANÇAS DE UMA ESCOLA MUNICIPAL DA CIDADE SANTA MARIA.

*Fladimir de Oliveira*  
*Daniela Watch Sansonowicz*  
*Aláine Freitas de Deus*  
*Sabrina Libraga Justen*  
*Jonas Aléxis Skupien*

**SOBRE A ORGANIZADORA ..... 219**

## REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL EM PACIENTE COM FIBROMIALGIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA

### **Raissa da Silva Matos**

Centro Universitário Maurício de Nassau -  
UNINASSAU – Fortaleza, CE

### **Francisca Ediziane Rodrigues da Silva**

Centro Universitário Maurício de Nassau -  
UNINASSAU – Fortaleza, CE

### **Brenda Lima de Araújo**

Centro Universitário Maurício de Nassau -  
UNINASSAU – Fortaleza, CE

### **Luísa Maria Antônia Ferreira**

Centro Universitário Maurício de Nassau -  
UNINASSAU – Fortaleza, CE

### **Simone Sousa de Maria**

Universidade Estadual do Ceará – UECE –  
Fortaleza, CE

### **Tatiana Lúcia da Rocha Carvalho**

Universidade Estadual do Ceará – UECE –  
Fortaleza, CE

**RESUMO:** A fibromialgia é uma doença reumática, crônica de caráter idiopático que acarreta em alterações no sistema músculo-esquelético do indivíduo. Com a variedade de tratamentos, os pacientes fibromiálgicos possuem um leque de alternativas; desta forma, a busca por possibilidades terapêuticas vem sendo amplamente discutida entre pacientes e profissionais da saúde, apesar da carência de estudos publicados sobre a temática. Tendo em vista o crescente interesse, essa pesquisa objetiva analisar, por meio de pesquisa

bibliográfica e relato de experiência realizado por acadêmicas de fisioterapia, a intervenção em uma paciente fibromiálgica, utilizando como tratamento o método de Reeducação Postural Global (RPG). De acordo com a análise das pesquisadoras, a terapia abordada para a paciente foi bastante relevante principalmente no alívio do quadro clínico, assim como no retorno às atividades diárias.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fisioterapia. Fibromialgia. Tratamento. Reeducação Postural Global.

**ABSTRACT:** Fibromyalgia is a chronic, rheumatic disease of idiopathic character that leads to changes in the musculoskeletal system of the individual. With the variety of treatments, fibromyalgic patients have a range of alternatives; in this way, the search for therapeutic possibilities has been widely discussed among patients and health professionals, despite the lack of published studies on the subject. In view of the growing interest, this research aims to analyze the intervention in a fibromyalgic patient, using the Global Posture Reeducation (RPG) method, through a bibliographical research and experience report by physiotherapy students. According to the analysis of the researchers, the therapy addressed to the patient was very relevant mainly in the relief of the clinical picture, as well as in the return to daily activities.

**KEYWORDS:** Physiotherapy. Fibromyalgia.

## 1 | INTRODUÇÃO

A fibromialgia é considerada uma síndrome caracterizada por algias musculares, podendo ser associada à fadiga, que pode causar alteração de sensibilidade e diminuição da capacidade funcional, prevalecendo no sexo feminino com idades entre 30 e 60 anos, não excluindo o sexo masculino (HEYMANN et al, 2010). As causas dessa síndrome ainda não estão totalmente esclarecidas, podendo ocasionar, muitas vezes, a um diagnóstico tardio, podendo ainda ser confundida com outras afecções significativas como depressão e cansaço por estresse físico. A síndrome da fibromialgia gera um distúrbio na sensibilidade comprometendo a propriocepção do indivíduo (PROVENZA et al, 2004; HEYMANN et al, 2017 ).

Na década de 1980, a fibromialgia foi considerada uma síndrome caracterizada pelo aumento no processo de sensibilização do sistema nervoso central (SNC) relacionado à dor, o que levou o Colégio Americano de Reumatologia (ACR) a realizar pesquisas nessa área, e a publicar diretrizes para a classificação da fibromialgia em 1990 (WOLFE, 2010). Essa classificação refere-se à resposta dolorosa que o paciente irá reproduzir ao teste de dígito pressão que deverá ser realizado pelo profissional de saúde. Estima-se que de 18 pontos realizados, no mínimo 11 destes sejam positivos, assim o referido teste pode ser considerado “padrão ouro” o que auxilia no diagnóstico da síndrome (GUI, 2010; MARTINEZ, 2006).

Em relação à sintomatologia, os pacientes acometidos pela doença relatam sentir dores difusas e intensas, rigidez muscular, cansaço em membros superiores e inferiores e regiões do tronco e cervical. A fibromialgia, durante suas crises, pode chegar a provocar condições incapacitantes para os pacientes como, por exemplo, o impedimento de manter uma vida profissional, de interagir com a sociedade e com familiares, influenciando para que o indivíduo acabe, por muitas vezes, se isolando de um convívio social, e podendo levar ao desenvolvimento de sintomas depressivos (SANTOS et al, 2006). Atualmente, existem várias possibilidades de tratamento, dentre elas a inclusão da prática de atividades físicas diárias, alimentação balanceada, utilização da terapia medicamentosa e psicológica, acupuntura, pilates e recursos fisioterapêuticos. Na Fisioterapia, o paciente pode se beneficiar de recursos como hidroterapia, cinesioterapia, terapias manuais e também a Reeducação Postural Global (RPG) (SALVADOR et al, 2005; CURY, 2016). Entretanto, devido à inexistência de uma cura para tal enfermidade, e a dificuldade e demora na resposta de alguns tratamentos, os pacientes acabam optando por terapias alternativas e, muitas vezes, pelo abandono do tratamento.

As técnicas realizadas no RPG partem das posturas de alongamentos globais das cadeias musculares, principalmente da musculatura antigravitacional (tríceps sural, reto femoral, ísquios tibiais, músculos do quadril e os espinhais), promovendo

o alinhamento postural biomecânico, o que favorece a normalização de sua postura, melhorando a funcionalidade e reduzindo o quadro álgico (SOUCHARD, 2012). Essa técnica beneficia o paciente não somente com o alívio das dores, mas também proporciona à conscientização da respiração, o incentivo à reeducação postural, à flexibilidade, e, conseqüentemente, à melhora no bem estar físico e emocional. O período e a frequência do tratamento são realizados de forma individualizada levando em consideração toda a história clínica do paciente (CARDOSO, 2011).

## 2 | METODOLOGIA

A presente pesquisa caracteriza-se por um relato de experiência de natureza descritiva, realizada por pesquisadoras da área de Fisioterapia em junho de 2017 na cidade de Fortaleza, no Ceará (CE).

A temática abordada é considerada de grande relevância no meio acadêmico e científico, entretanto ainda são escassos os estudos e as pesquisas relacionados ao tema. O presente estudo foi classificado como relato descritivo por mencionar e descrever uma experiência vivida por acadêmicas do curso de Fisioterapia sobre o tratamento da fibromialgia com RPG, detalhando as variáveis mais importantes, tais como: a descrição da patologia (incidência e possíveis causas) e detalhes sobre as posturas do RPG utilizadas no tratamento.

### 2.1 Etapas para a pesquisa

Este estudo foi realizado em três fases para uma melhor compressão das informações.

Na primeira fase foram realizadas pesquisas nas bases de dados *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), ScienceDirect, PEDro e PubMed, tendo como critério de inclusão artigos originais que abordassem a temática da fibromialgia.

A segunda fase foi realizada durante o estágio da disciplina de Estágio Saúde Coletiva em uma clínica na cidade de Fortaleza-CE, onde as pesquisadoras puderam observar o atendimento de uma paciente portadora de fibromialgia. A paciente realizou 10 atendimentos fisioterapêuticos, porém não apresentou melhoras significativas, por conta disso foi feita uma reavaliação e o método de RPG foi incluído ao seu tratamento. Nessa etapa foram analisadas suas avaliações realizadas anteriormente, onde a mesma foi questionada sobre o início dos sinais e dos sintomas, o período e a forma de diagnóstico, o quanto se sentia afetada pela doença e sobre outros fatores agravantes associados.

Na terceira e última etapa, feita após 20 atendimentos, a paciente foi submetida a uma avaliação final e o novo tratamento realizado com o RPG foi analisado nos seguintes aspectos: frequência e intensidade da dor, grau de incapacidade funcional, níveis de sensibilidade e mobilidade. Ainda nessa fase foi observado o plano de tratamento,

as principais posturas aplicadas, os alongamentos e os exercícios respiratórios mais aceitos pela paciente.

O método RPG foi inserido como terapia alternativa a fim de aliviar a sintomatologia dolorosa, favorecer o ganho de amplitude, reduzir a rigidez articular e corrigir posturas inadequadas. Dentre os exercícios existentes no método, foram utilizadas e observadas duas posturas específicas: a “rã no ar” e a “rã no chão”, que são feitas sempre acompanhadas de controle respiratório.

### 3 | RESULTADOS

Na avaliação final, as pesquisadoras observaram que a paciente obteve melhoras significativas nos seguintes aspectos: rigidez articular, sensibilidade ao toque, melhor mobilidade em ombros e cervical, principalmente nos movimentos de flexão e lateralização-da-cabeça, apresentou, ainda, maior conforto respiratório e melhor resistência à fadiga.

#### 3.1 Técnicas aplicadas

Durante os atendimentos foram realizados alongamentos globais das cadeias musculares retraídas, principalmente para os músculos do pescoço, membros superiores e tronco, assim como, a execução de exercícios respiratórios em sincronia com os alongamentos. Após 20 atendimentos, a paciente mostrou boa tolerância ao plano traçado.

A partir da avaliação, foram escolhidas as posturas *rã no chão* e *rã no ar*, por reduzirem a carga imposta pela gravidade e por serem responsáveis pelo alongamento de cadeias musculares principalmente na região cervical, tórax, membros superiores e diafragma, musculatura essa que estava retraída.

##### 3.1.1 Postura *rã no chão*

Nessa postura, o paciente é colocado em decúbito dorsal com abertura do ângulo coxofemoral, abdução de membros superiores e mãos em supinação, associando à semiflexão de joelhos, flexão, abdução e rotação externa de quadril com os calcanhares em contato. Esse método é acompanhado de exercícios respiratórios e são realizados, também, alongamentos suaves e progressivos durante 30 minutos (GOMES, 2006).

##### 3.1.2 Postura *rã no ar*

Nessa postura, o paciente permanece em decúbito dorsal com fechamento do ângulo coxofemoral, abdução de membros superiores e antebraços em supinação, com os calcanhares suspensos, às vezes associado à dorsoflexão e abdução de quadril. O método é acompanhado de exercícios respiratórios e são realizados alongamentos

suaves e progressivos durante 30 minutos (MARQUES, 2005).

De acordo com a evolução do paciente, o fisioterapeuta pode realizar as variações das posturas, para isso, é necessária uma nova avaliação do paciente, assim o tratamento será mais eficaz.

### *3.1.3 Exercícios Respiratórios*

A paciente realizou inspirações suaves e expirações prolongadas, com depressão de esterno e de costelas, acompanhadas de protusão abdominal, objetivando o alongamento da cadeia muscular inspiratória e o fortalecimento abdominal. É interessante complementar que a técnica foi realizada com exercício de controle diafragmático para relaxamento muscular (MORENO et al, 2007).

### *3.1.4 Fisiologia do alongamento*

Ao alongar manualmente os grupos musculares, o terapeuta proporciona o estiramento em baixa intensidade de miofibrilas e a ativação de fusos neuromusculares de forma a modular o tônus muscular. Este deve ser realizado levando em consideração a globalidade da cadeia muscular, evitando qualquer tipo compensação e posteriores tensionamentos (SOUCHARD, 2012).

## **4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS**

De acordo com a sintomatologia difusa e dolorosa da fibromialgia, os indivíduos acometidos possuem dificuldades desde o diagnóstico até a escolha do tratamento adequado, muitas vezes acarretando em diversas comorbidades.

Na presente pesquisa foi observado que a paciente em questão obteve variados benefícios com o método RPG, uma vez que foi avaliada de forma apropriada, e o plano terapêutico foi bem traçado com posturas adequadas. Podemos, então, perceber o quanto a avaliação é importante para o profissional de saúde decidir qual a melhor conduta e para o paciente obter um bom prognóstico.

A literatura ainda não disponibiliza muitos estudos sobre a fibromialgia e o método RPG como recurso terapêutico, por isso torna-se necessárias mais pesquisas sobre esse assunto para garantir a efetividade do plano traçado.

## **REFERÊNCIAS**

CARDOSO, Fábio de Souza et al. Avaliação **da qualidade de vida, força muscular e capacidade funcional em mulheres com fibromialgia**. Revista Brasileira de Reumatologia, 2011.

CURY, Alethéa; DE BRITO VIEIRA, Wouber Héricksen. **Efeitos do Método Pilates na fibromialgia**. Fisioterapia Brasil, v. 17, n. 3, 2016.

- GOMES, B.M. et al. **O efeito da técnica de reeducação postural global em um paciente com hemiparesia após acidente vascular encefálico**. Revista Acta Fisiatr, v.13, n. 2. 2006.
- GUI, Maísa et al. **Distúrbios do sono em pacientes com fibromialgia**. Neurobiologia, v. 73, n. 1, p. 175-82, 2010.
- HEYMANN, Roberto E. et al. **Novas diretrizes para o diagnóstico da fibromialgia**. Revista Brasileira de Reumatologia, v. 57, p. 467-476, 2017.
- HEYMANN, Roberto Ezequiel et al. **Consenso brasileiro do tratamento da fibromialgia**. Revista brasileira de reumatologia, 2010.
- MARQUES, Amélia Pasqual. **Cadeias musculares: um programa para ensinar avaliação fisioterapêutica global**. 2.ed. rev. e ampl. São Paulo: Manole, 2005.
- MARTINEZ, José Eduardo. **Fibromialgia: um desafio clínico**. Revista da Faculdade de Ciências Médicas de Sorocaba, v. 8, n. 3, p. 1-3, 2006.
- MORENO, Marlene Aparecida et al. **Efeito de um programa de alongamento muscular pelo método de Reeducação Postural Global sobre a força muscular respiratória e a mobilidade toracoabdominal de homens jovens sedentários**. Jornal brasileiro de pneumologia, v. 33, n. 6, p. 679-686, 2007.
- PROVENZA, J. R. et al. **Fibromialgia**. Revista brasileira de reumatologia, v. 44, n. 6, p. 443-449, 2004.
- SALVADOR, Juliana Prati; DIAS, Quelma Felício; ZIRBES, Márcia C. Gregol Mota. **Hidrocinésioterapia no tratamento de mulheres com fibromialgia: estudo de caso**. Fisioterapia e pesquisa, v. 11, n. 1, p. 27-36, 2005.
- SANTOS, A. M. B. et al. **Depressão e qualidade de vida em pacientes com fibromialgia**. Revista Brasileira de Fisioterapia, v. 10, n. 3, 2006.
- SOUCHARD, Philippe. **RPG Reeducação Postural Global**. Elsevier Brasil, 2012.

## **SOBRE A ORGANIZADORA**

**Larissa Louise Campanholi** : Mestre e doutora em Oncologia (A. C. Camargo Cancer Center).

Especialista em Fisioterapia em Oncologia (ABFO).

Pós-graduada em Fisioterapia Cardiorrespiratória (CBES).

Aperfeiçoamento em Fisioterapia Pediátrica (Hospital Pequeno Príncipe).

Fisioterapeuta no Complexo Instituto Sul Paranaense de Oncologia (ISPON).

Docente no Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais (CESCAGE).

Coordenadora do curso de pós-graduação em Oncologia pelo Instituto Brasileiro de Terapias e Ensino (IBRATE).

Diretora Científica da Associação Brasileira de Fisioterapia em Oncologia (ABFO).

Agência Brasileira do ISBN

ISBN 978-85-85107-52-9



9 788585 107529