

EFEITOS DA RPG EM INDIVÍDUOS ADULTOS COM HIPERCIFOSE TORÁCICA

Aline Ulkovski, Tatiana Comerlato

Resumo

A hipercifose torácica é uma deformidade da coluna vertebral que pode ser decorrente dos maus hábitos posturais, causando anteriorização da cabeça, protração de ombro, quadros álgicos, diminuição da mobilidade torácica e da capacidade respiratória. Uma das formas de tratamento fisioterapêutico da hipercifose é o método de Reeducação Postural Global que tem como base o alongamento de cadeias musculares. Este estudo teve como objetivo analisar os efeitos do tratamento por meio do método de RPG em pacientes com hipercifose torácica. Caracteriza-se como uma pesquisa quase experimental, no formato de estudo de caso, com abordagem quantitativa e qualitativa. A amostra foi composta por 1 indivíduo de 33 anos de idade e com diagnóstico de hipercifose torácica. O tratamento foi realizado com frequência de duas vezes por semana, com duração de 50 minutos cada sessão, totalizando 16 sessões. Foram avaliada pré e pós intervenção a mobilidade toracoabdominal, força muscular respiratória, amplitude de movimento do ombro e mobilidade da região lombar, além da postura corporal. Os dados foram avaliados por estatística descritiva simples. Houve diminuição de 12,2 graus na hipercifose torácica; melhora na amplitude de movimento do ombro para os movimentos de flexão, extensão, abdução, rotação externa e interna; mudanças na mobilidade toracoabdominal reduzindo a circunferência axilar em 2,0 cm e xifoidiana em 4,5 cm e aumentando a mobilidade abdominal em 3 cm; melhora da força da musculatura respiratória, PEmáx de 9 cmH₂O e PImáx de 6 cmH₂O e melhora 1 cm na mobilidade da região lombar. No alinhamento postural, melhora no alinhamento vertical da cabeça, ângulo do quadril, alinhamento vertical do corpo e alinhamento horizontal da pelve. Conclui-se que a RPG foi uma ferramenta eficaz para o tratamento da hipercifose torácica.

Palavras-chave: Hipercifose torácica, Músculos respiratórios, Postura, RPG.