

O IMPACTO DA APLICAÇÃO DO MÉTODO ISOSTRETCHING SOBRE O COMPORTAMENTO RESPIRATÓRIO EM UMA PACIENTE SEQUELADA DE AVE.

FERNANDA FRANCESCHINI PEREIRA

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ, MARINGA - PR

SIMÉIA GASPAR PALÁCIO

CESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO DE MARINGÁ

O método Isostretching é considerado um recurso fisioterapêutico complementar ao tratamento dos inúmeros desequilíbrios musculares que acometem a postura, assim como um fator preventivo que fortalece e equilibra o corpo evitando as compensações. O próprio nome Isostretching define sua ação, uma vez que é formado pela junção de dois termos: Iso, que expressa isometria, garantindo tonificação e musculação, através da contração muscular e Stretching o equivalente a alongamento, proporcionando flexibilidade e mobilidade para um bom funcionamento corporal. Por ser uma técnica que envolve força e alongamento, os exercícios têm por objetivo atuar na musculatura profunda, reduzir o enrijecimento, facilitar o movimento, corrigir a postura e desenvolver tomada de consciência das posições corretas da coluna e da capacidade respiratória. O criador do Isostretching preconiza alguns elementos indispensáveis para a prática do referido Método, como as contrações isométricas; uma postura determinada (deitado, sentado ou em pé), autocrescimento, abaixamento das escápulas e o controle respiratório. A respiração é considerada um fator indispensável, pois exige um trabalho respiratório de inspiração profunda e expiração lenta e prolongada, no qual melhoram a capacidade vital, evitam os bloqueios respiratórios, diminuem as pressões sobre o diafragma inferior, determinam o tempo de sustentação da postura e permitem o recrutamento diafragmático. A expiração deve ser realizada com os lábios semicerrados, também nomeada de freio-labial, com duração entre 6 a 10 segundos, e após este tempo relaxa-se a tensão e a contração isométrica sem modificar a posição de base, sendo o relaxamento total no final das repetições das séries. O objetivo deste estudo é avaliar o impacto da aplicação do Método Isostretching sobre o comportamento respiratório em uma paciente portadora de seqüelas de AVE, utilizando como parâmetros a espirometria, que é um teste que permite aferir o fluxo de ar nas vias aéreas ou brônquios e a manovacuometria. O isostretching está sendo aplicado em sessões diárias de 45 minutos, durante 30 dias consecutivos. Na manovacuometria a paciente atingiu 70 cmH₂O na expiração e -90 cmH₂O na inspiração. Já na espirometria a paciente obteve VEF1 de 2,37 Litros; CVF de 2,65 Litros; IT de 89% e PF de 244 Litros/mim. Após a aplicação da técnica referida, será realizada uma reavaliação com os mesmos critérios utilizados inicialmente e os resultados serão comparados.

Palavras-chave: isostretching; repercursao respiratoria; espirometria

nandafp20@yahoo.com.br