

Pilates nos aparelhos para pessoas com deficiência visual - relato de experiência

Livia Talarico Casagrande¹, Jaqueline Brassolati Lanza¹, Nuno Miguel Lopes de Oliveira¹

¹Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba/MG, Brasil

E-mail do autor principal: d202320539@uftm.edu.br

Grupo Temático: Saúde

Resumo: O projeto de extensão “Pilates na Deficiência Visual” coordenado pelo curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, Minas Gerais tem como público-alvo doze adultos que apresentam baixa visão ou cegueira total. Os atendimentos de Pilates ocorrem, semanalmente, no Instituto de Cegos do Brasil Central. Os extensionistas são capacitados, em um primeiro momento, com o Pilates no solo. Após alguns meses de atendimento, os estudantes participam de uma nova capacitação, desta vez, com exercícios nos aparelhos do Pilates (chair, reformer, cadillac e barrel). Diante desse contexto, o objetivo foi analisar os efeitos da capacitação dos extensionistas em Pilates nos aparelhos sobre a aplicação prática dos exercícios, considerando as adaptações necessárias, as limitações individuais e os diferentes níveis de evolução clínica e funcional. Após um ano participando, verificou-se a necessidade de ajustes diferentes nos exercícios, não sendo possível colocar todos os participantes devido às suas dificuldades motoras ou de compreensão. Em relação aos que foram capazes, observou-se que alguns, executaram os movimentos mais adequadamente, enquanto outros evoluíram para exercícios mais difíceis. A partir dessas informações, conclui-se que a capacitação dos extensionistas contribui para a qualificação da prática fisioterapêutica em pessoas com deficiência visual, possibilitando adaptações de acordo com as necessidades individuais. Observou-se na evolução clínica e funcional, uma melhora na progressão de movimentos, com avanço para exercícios mais complexos. Assim, a eficácia do método depende da adaptação individual e da formação contínua dos extensionistas, levando a benefícios físicos, funcionais e psicossociais em todos envolvidos.

Palavras-chave: Técnicas de Exercício e de Movimento, Baixa visão, Pessoas com deficiência visual