

Projeto Pilates na deficiência visual: Relato de um caso

Julia Nunes Fabiano¹ e Luana Ramos de Souza¹, Nuno Miguel Lopes de Oliveira¹

¹Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Instituto de Cegos do Brasil Central

E-mail do autor principal: jn50638@gmail.com

Grupo Temático: Saúde

Resumo: O presente relato de caso descreve a experiência de duas extensionistas responsáveis pelo acompanhamento de uma participante do projeto de extensão voltado ao método Pilates na deficiência visual que ocorre no Instituto dos Cegos do Brasil, localizado em Uberaba, Minas Gerais, Brasil. Trata-se de uma participante de 55 anos, com baixa visão decorrente de retinopatia diabética, que apresenta tendinite no ombro e apresentava queixas algicas e limitação de mobilidade, realizando abdução de ombro até aproximadamente 90 graus. Os atendimentos foram realizados, semanalmente, às quintas-feiras, das 14h às 15h seguindo o protocolo do método Pilates, com adaptações conforme as necessidades apresentadas. Ao longo de aproximadamente 15 sessões, observou-se evolução progressiva da mobilidade do ombro. Nas sessões finais, a participante passou a apresentar amplitude de movimento dentro dos padrões de normalidade, embora ainda referisse dor associada à tendinite. Além disso, foram observadas melhorias na respiração durante a execução dos exercícios, no condicionamento físico, na força muscular e no equilíbrio. A participante manteve-se participativa, motivada e colaborativa durante todo o processo, favorecendo sua evolução funcional e permitindo o ajuste progressivo do nível de dificuldade dos exercícios ao longo das sessões. Dessa forma, apesar de dores persistentes relacionadas à tendinite crônica houve melhora na mobilidade mostrando que o Pilates atuou na funcionalidade e na qualidade de vida da participante do projeto de extensão.

Palavras-chave: Pessoas com Deficiência Visual, Técnicas de Exercício e de Movimento, Modalidades de Fisioterapia