

EFEITO DO MÉTODO PILATES NAS QUEIXAS DE DISFUNÇÕES DO ASSOALHO PÉLVICO DE MULHERES COM DIÁSTASE DOS RETOS ABDOMINAIS

V Seminário de Pesquisa, Inovação e Pós-Graduação da Universidade Federal de Uberlândia (Iniciação Científica), 1ª edição, de 04/11/2025 a 13/11/2025
ISBN dos Anais: 978-65-5465-171-4

GUILHERME; Larissa Carolyne Veloso de Freitas Guilherme¹, GONÇALVES; Katryn Luiza David Gonçalves², BALDON; Vanessa Santos Pereira³

RESUMO

A diástase dos músculos reto-abdominais (DRA) é uma condição frequente durante a gestação, caracterizada pelo afastamento dessa musculatura em decorrência do crescimento uterino. Considerando a relação funcional entre essa musculatura e o assoalho pélvico, hipotetiza-se que intervenções direcionadas ao tratamento da DRA possam repercutir positivamente sobre disfunções do assoalho pélvico. No entanto, a literatura ainda apresenta lacunas acerca dessa associação. Nesse contexto, este estudo teve como objetivo avaliar o efeito da intervenção por meio do Método Pilates nas queixas de disfunções do assoalho pélvico em mulheres com DRA. Trata-se de um ensaio clínico controlado e randomizado, no qual foram incluídas mulheres com diagnóstico de DRA e histórico gestacional prévio. As participantes foram randomizadas em dois grupos: grupo Pilates (n=22) que realizou o treinamento com exercícios do Método Pilates (duas sessões semanais de 30 minutos), e o grupo controle (n=22), que não recebeu intervenção. Antes e após 12 semanas, todas as participantes foram avaliadas quanto às queixas relacionadas às disfunções de assoalho pélvico por meio do questionário Pelvic Floor Bother Questionnaire. Para análise estatística, utilizou-se ANOVA para medidas repetidas, seguida do teste post hoc de Tukey. Os resultados não mostraram diferenças significativas entre os grupos quanto às queixas relacionadas às disfunções do assoalho pélvico ($p>0,05$). Conclui-se que a intervenção por meio do Método Pilates não promoveu alteração das queixas de disfunções de assoalho pélvico em mulheres com DRA.

PALAVRAS-CHAVE: Fisioterapia, Saúde da Mulher, Distúrbios do Assoalho Pélvico

¹ Universidade Federal de Uberlândia, LARISSACAROLYNEVFG@GMAIL.COM

² Universidade Federal de Uberlândia, d202210712@uftm.edu

³ Universidade Federal de Uberlândia, vanessabaldon@ufu.br