

## ALTERAÇÕES CARDIOVASCULARES PROMOVIDAS PELOS MÉTODOS DE ISOSTRETCHING E REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL (RPG)

**Luan Vinicius Ferreira<sup>1</sup>; Vanessa Cristina Leite<sup>1</sup>; Renata Cappellazzo Colosio<sup>2</sup>**

**RESUMO:** Um dos principais problemas da coluna vertebral é a lombalgia, esta patologia acomete principalmente indivíduos adultos, de baixa escolaridade, obesos, solteiros e tabagistas. Uma vez que a dor lombar está diretamente ligada à flexibilidade muscular, existem várias formas de terapias para o tratamento da lombalgia, dentre as quais se destacam o Isostretching e a Reeducação Postural Global (RPG). São métodos eficazes no tratamento de tal disfunção e que tem por característica a contração muscular isométrica, podendo trazer alterações no sistema cardiovascular. O objetivo deste estudo será avaliar e comparar as alterações cardiovasculares promovidas pelos métodos de Isostretching e RPG. Serão selecionados 20 (vinte) pacientes, com idade variando de 40 (quarenta) a 60 (sessenta) anos, dos dois sexos. Estes serão recrutados da fila de espera da clínica de fisioterapia do Centro Universitário de Maringá-PR (CESUMAR). Após a avaliação das fichas de encaminhamento médico com queixa de dor crônica na região lombar, os pacientes serão convidados a participar do estudo, sendo informados dos objetivos da pesquisa. Neste estudo os pacientes serão submetidos à avaliação postural, mensuração da frequência cardíaca (FC), pressão arterial (PA) e saturação periférica de oxigênio (SpO<sub>2</sub>). Tais métodos de avaliação serão realizados antes, durante e após a intervenção terapêutica para análise dos dados. A amostra será dividida em dois grupos, o grupo I que será submetido ao método do RPG e o grupo II em que será realizado o método do Isostretching. Serão selecionadas 3 (três) posturas do RPG e 9 (nove) posições do Isostretching de acordo com a avaliação postural de cada paciente. Todos os pacientes serão acompanhados individualmente, e executarão um programa terapêutico de 12 (doze) sessões de 45 (quarenta e cinco) minutos, com frequência de duas vezes por semana. Após coletados, os resultados serão avaliados estatisticamente.

**PALAVRAS-CHAVE:** Isostretching; Reeducação Postural Global; Alterações Cardiovasculares.

---

<sup>1</sup> Discentes do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá – Cesumar, Maringá – Paraná. Programa de Bolsas de Iniciação Científica do Cesumar (PROBIC). [luanvinicius1@hotmail.com](mailto:luanvinicius1@hotmail.com); [vanessinha.leite10@hotmail.com](mailto:vanessinha.leite10@hotmail.com)

<sup>2</sup> Orientadora e Docente do curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá - Cesumar. [recappellazzo@yahoo.com](mailto:recappellazzo@yahoo.com)