



O tratamento da escoliose idiopática do adolescente por meio de exercícios específicos: uma revisão narrativa

Andrea Medeiros de Brito Sá¹, Ana Luiza de Araujo Rodrigues², Ana Luiza França Crispim², Carlos Eduardo dos Santos Júnior², Patrícia Junqueira Ferraz Baracat³

(1) Aluno de Iniciação Científica do PROVIC – Curso de Fisioterapia; (2) Pesquisadores Colaboradores - Laboratório de Fisioterapia Neuromuscular Esquelética – LAFINME/ISECENSA ;(3) Pesquisadora Orientadora - Laboratório de Fisioterapia Neuromusculoesquelético – LAFINME/ISECENSA – Curso de Fisioterapia- Institutos Superiores de Ensino do CENSA – ISECENSA, Rua Salvador Correa, 139, Centro, Campos dos Goytacazes, RJ, Brasil

A escoliose é uma deformidade tridimensional da coluna vertebral, de etiologia ainda desconhecida, que atinge principalmente adolescentes em fase de estirão de crescimento. Sua prevalência é de aproximadamente 0.47 a 5.2%, sendo maior no hemisfério norte. É caracterizada por um desequilíbrio no eixo longitudinal determinado por uma inclinação no plano frontal, rotação no plano axial e póster flexão no plano sagital. Ela se apresenta em forma de “S” ou “C”, e pode progredir rapidamente levando a comprometimento estético, funcional, respiratório e sobre a qualidade de vida do seu portador. O diagnóstico padrão se dá pela medição do ângulo de Cobb na imagem de raio X a partir dos limites superiores e inferiores das vértebras mais inclinadas. A identificação dos sinais precoces da escoliose favorece o seu tratamento e previne a progressão das curvas. A abordagem fisioterapêutica conservadora por meio de exercícios específicos para a escoliose com ou sem o auxílio de às órteses destina-se aos pacientes com curvatura entre 10° a 45°, nos casos de maior deformidade pode ser indicada a cirurgia. O Brasil permanece carente de aprofundamento e divulgação das evidências científicas internacionais mais recentes para o tratamento da escoliose. Este trabalho constará de uma revisão da literatura a partir das bases de dados Pubmed, Lilacs, Cochrane Library. Serão selecionados ensaios clínicos controlados e randomizados realizados entre 2015 e 2020 e publicados em inglês. Espera-se que a partir da comparação entre os efeitos dos exercícios específicos para escoliose seja possível identificar os métodos de maior efeito e aplicabilidade para a prática clínica.

Palavras chave: Escoliose. Postura. Fisioterapia. Desvio postural. Exercícios.

Instituição de Fomento: ISECENSA.