



EFEITO DO MÉTODO PILATES EM CRIANÇAS DO SEXO FEMININO DA REDE PÚBLICA DE UMA CIDADE DA FRONTEIRA OESTE DO RIO GRANDE DO SUL

CINDHY SUELY DA SILVA MEDEIROS; JULIANE SANTIAGO SASSO; GERUZA DA SILVA MEDEIROS; FERNANDA DOS SANTOS TROMBINI

Introdução: A idade pré-escolar é uma fase de aquisição das habilidades motoras que possibilitam a criança dominar seu corpo em diferentes posturas e se locomover pelo meio ambiente de variadas formas, sendo essencial o estímulo a prática de atividade física. **Objetivo:** analisar os efeitos do método pilates sobre a estabilidade postural de crianças do sexo feminino. **Método:** Trata-se de um estudo transversal, realizado com crianças de 6 a 8 anos do sexo feminino, estudantes de uma escola da rede pública de uma cidade da fronteira oeste do Rio Grande do Sul, e que não praticavam educação física no contexto escolar. As participantes foram avaliadas no Laboratório de Avaliação da UNIPAMPA, por meio da Posturografia Dinâmica Computadorizada, incluindo os testes de organização sensorial (TOS). Os TOS determinam o desempenho do equilíbrio postural em seis diferentes condições sensoriais, avaliando os sistemas visual, proprioceptivo e vestibular (TOS I, III e VI), proprioceptivo e vestibular (TOS II e V), e proprioceptivo (TOS IV). Ao final do teste, o resultado é expresso pelo índice total do equilíbrio (composite) e os sistemas avaliados em cada condição. Finalizadas as avaliações, as crianças começaram a prática do método Pilates, que foram realizadas duas vezes na semana, com duração de 50 minutos cada sessão, com supervisão dos acadêmicos dos cursos de educação física e fisioterapia da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA). Foram incluídos: MAT - pilates e pilates solo; pilates com os aparelhos; e pilates com acessórios, como bola suíça, arco flexível, meia lua e bosu. O estudo foi aprovado no Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA), sob o número 1.654.176. **Resultado:** A amostra foi composta por 27 participantes. Foi possível verificar melhora nas condições IV, VI e no composite pós-intervenção. **Conclusão:** Observou-se que o método do pilates teve influência de forma positiva na estabilidade postural nas crianças de sexo feminino. Desse modo, podemos concluir que o método do pilates contribuiu para um melhor desenvolvimento dos sistemas neurais que são responsáveis pelo equilíbrio. Ainda, os resultados reforçam sobre a importância da criação e implementação de políticas públicas que tenham como objetivo, o desenvolvimento motor infantil.

Palavras-chave: REDE PÚBLICA; PILATES; ESTABILIDADE; ESCOLAR; SEXO FEMININO