



EFEITOS DO PILATES CLÍNICO NA FUNCIONALIDADE DE PACIENTE COM DOENÇA DE PARKINSON: RELATO DE CASO

LUCIANE BETINELLI

Introdução: A Doença de Parkinson (DP) é uma condição neurodegenerativa progressiva que afeta aproximadamente 1% da população acima de 60 anos. Caracteriza-se por sintomas motores como tremores, rigidez e bradicinesia, além de alterações posturais e perda de autonomia funcional. O tratamento farmacológico é amplamente utilizado, mas apresenta eficácia limitada com o passar do tempo. Diversos estudos demonstram que a prática de exercícios físicos, especialmente o método Pilates, pode trazer maior qualidade de vida para indivíduos com DP. **Objetivo:** Relatar os efeitos do Pilates na funcionalidade de um paciente com DP. **Relato de caso:** Paciente do sexo feminino, 71 anos, diagnosticada com DP há 15 anos. Relatava dores musculares em membros inferiores, região cervical e trapézio, além de rigidez, fraqueza muscular, marcha instável e dificuldade para realizar atividades diárias. A avaliação inicial identificou: Escala de Berg com 35 pontos, força muscular grau 4 (MRC), dor referida como 8 em membros superiores e 7 em inferiores (EVA), marcha lenta e instável, e base de apoio aumentada. Foi iniciado protocolo de Pilates com aparelhos, duas vezes por semana, por dois meses. As sessões incluíram exercícios de mobilidade, ativação da musculatura profunda, fortalecimento com resistência de molas, alongamentos e treino de equilíbrio. Ao final do período, a paciente apresentou melhora significativa: Escala de Berg com 44 pontos, força grau 5, dor reduzida para 0 (MMSS) e 2 (MMII), marcha mais segura e postura mais estável. A melhora funcional observada está em consonância com estudos que apontam o Pilates como eficaz no controle motor, equilíbrio e mobilidade em pacientes com DP. A Escala de Berg, usada para avaliar o equilíbrio funcional, demonstra que pontuações abaixo de 36 indicam alto risco de quedas; o aumento para 44 pontos sugere redução significativa desse risco. O Pilates favorece o recrutamento neuromuscular, melhora a propriocepção e proporciona maior estabilidade postural e independência funcional. **Conclusão:** O presente relato demonstra que o Pilates clínico pode ser uma alternativa segura e eficaz no tratamento de pacientes com Doença de Parkinson leve a moderada, contribuindo para a melhora da força muscular, equilíbrio, mobilidade e qualidade de vida.

Palavras-chave: DOENÇA DE PARKINSON (DP); FUNCIONALIDADE MOTORA; PILATES CLÍNICO