



OS BENEFÍCIOS DA AUTOCORREÇÃO POSTURAL ATRAVÉS DO MÉTODO SCHROTH PARA AS DISFUNÇÕES DA COLUNA VERTEBRAL

Gabriela Bueno dos Santos MORAIS¹

Leonardo Luiz Barretti SECCHI²

RESUMO

A escoliose é uma patologia que acomete a estrutura da coluna vertebral, classificada como congênita, neuromuscular ou idiopática. A escoliose idiopática gera um aumento na curvatura vertebral maior que 10°, atingindo homens, mulheres, crianças e adolescentes. Entre os tratamentos utilizados para a escoliose estão o cirúrgico e o conservador onde a conscientização corporal é importante. Quando se trata de conscientização corporal o método Schroth possui resultados positivos. Esse método foi desenvolvido na década de 1910 na Alemanha pela Katharina Schroth, onde consiste em um programa individualizado com foco na reeducação postural, abordando exercícios de auto correção, além de fortalecer e alongar quaisquer grupos musculares irregulares e a modificação do padrão respiratório, realizados a frente de um espelho. Trata-se de uma técnica de respiração associado a movimentos em rotação do tronco. Desse modo o objetivo desse estudo é analisar os benefícios do método Schroth no tratamento da escoliose. Foram realizados uma busca na base de dados Pub Med e PEDro com as seguintes palavras chaves escoliose *Idiopathic, AND Schroth Method AND Treatment*. Aos quais foram encontrados inicialmente 82 artigos e após aplicação do filtro e leitura dos títulos foram excluídos 74 artigos restando oito artigos, desses os resultados apresentados foram positivos para o tratamento, considerando o método Schroth como benéfico para a redução da curvatura do ângulo de cobb e também eficaz para a autocorreção postural. Podemos então concluir que o método Schroth se mostrou eficaz no tratamento conservador da escoliose, com redução da curvatura da coluna através do ângulo de cobb, o que conseqüentemente promove uma melhor qualidade de vida do portador de escoliose.

PALAVRAS CHAVE: Alongamento; Escoliose; Tratamento.

¹ Acadêmica do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT – da Sociedade Cultural e Educacional de Itapeva. gabueno18@gmail.com

² Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ciências Sociais e Agrárias de Itapeva – FAIT – da Sociedade Cultural e Educacional de Itapeva. leobfisio@gmail.com