

## ABORDAGEM DE EXERCÍCIOS CIENTÍFICOS PARA ESCOLIOSE IDIOPÁTICA ADULTA: RELATO DE CASO

Vanessa Freitas Souto<sup>1</sup>; Rafael Silveira Freire<sup>2</sup>; Renata Ribeiro Durães<sup>3</sup>; Ana Paula dos Santos Xavier<sup>3</sup>; Ana Carolina de Mello Alves Rodrigues<sup>3</sup>; Priscylla Ruany Mendes Pestana<sup>3</sup>.

<sup>1</sup>Discente das Faculdades Santo Agostinho, Montes Claros-MG, Brasil.

<sup>2</sup>Docente do Centro Universitário do Norte de Minas, Montes Claros-MG, Brasil.

<sup>3</sup>Docente das Faculdades Santo Agostinho, Montes Claros-MG, Brasil.

**Objetivo:** relatar o efeito da Abordagem de Exercícios Científicos para Escoliose (AECE) no tratamento de escoliose torácica idiopática adulta. **Materiais e Métodos:** trata-se do relato de caso de uma paciente do sexo feminino, 20 anos, com análise radiográfica determinando escoliose torácica destro-convexa. Durante a consulta, relatou dor na região tóraco-lombar e dificuldade para a realização das atividades de vida diária. Ao exame físico, foi observada assimetria ao nível dos ombros e da pelve, aumento do triângulo de Tales, fraqueza da musculatura lombopélvica, déficit de flexibilidade muscular à esquerda e restrição de amplitude para os movimentos de flexão e extensão da coluna. Os instrumentos de avaliação subjetiva da dor e da capacidade funcional foram a Escala Visual Analógica e o *Scoliosis Research Society-22*, respectivamente. Foram realizados sete atendimentos com duração de 40 minutos cada um deles, contemplando exercícios de autocorreção tridimensional com feedback auditivo e visual, além da orientação para a realização dos exercícios em domicílio. **Resultados:** observou-se melhora da postura no plano frontal, do padrão estético, dos níveis de força muscular do tronco e da pelve, da flexibilidade muscular do tronco e da intensidade da dor. **Conclusão:** a paciente apresentou melhora dos desfechos clínicos e da qualidade de vida. Portanto, a AECE pode ser uma estratégia a ser implementada no tratamento da escoliose idiopática adulta.

**Palavras-chave:** Coluna Vertebral. Reabilitação. Equilíbrio Postural.