

AVALIAÇÃO DE UM PROGRAMA DE EXERCÍCIOS UTILIZANDO O MÉTODO DE CADEIAS MUSCULARES E ARTICULARES — G.D.S. no Aspecto Físico-Funcional de Indivíduos Portadores de Fibromialgia

Caroline Alves dos Santos
Darlene Costa Bittencourt²

Este trabalho teve como objetivo avaliar os aspectos físico-funcionais de portadores de fibromialgia em um programa de tratamento com o método de Cadeias Musculares e Articulares – G.D.S. Foram avaliados 19 pacientes com diagnóstico de fibromialgia, sendo 9 do grupo experimental e 10 do grupo controle, os quais se submeteram à avaliação dos seguintes parâmetros: avaliação postural, avaliação da flexibilidade através do flexiteste e teste de sentar e alcançar, e avaliação da funcionalidade, ou seja, verificar quais as dificuldades em realizar tarefas diárias, pelo protocolo HAQ (*Health Assessment Questionnaire*). Os parâmetros foram analisados através do Teste de Wilcoxon para amostra pareada, e o Teste de Mann-Whitney U para amostras independentes. Verificou-se uma diferença altamente significativa nos escores do HAQ ($p = 0,008$) e no flexiteste ($p = 0,007$) do grupo experimental comparando avaliação e reavaliação, sendo que no grupo controle não houve alterações significantes. Pode-se concluir que o programa de exercícios baseados no método G.D.S. para este grupo avaliado cumpriu seus objetivos quanto à melhora da capacidade físico-funcional nos aspectos flexibilidade e funcionalidade nos indivíduos portadores de fibromialgia.

Palavras-chaves: Fibromialgia. Avaliação físico-funcional. Método G.D.S.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia da Unijuí.

² Fisioterapeuta. Mestranda em Pneumologia. Docente do Departamento de Ciências da Saúde da Unijuí/RS.