

# REVISÃO INTEGRATIVA: MÉTODO *ISOSTRETCHING* NA DIMINUIÇÃO DO QUADRO ÁLGICO, MELHORA DA FLEXIBILIDADE E FORÇA MUSCULAR EM PACIENTES COM LOMBALGIA INESPECÍFICA (APOIO UNIP)

**Aluna:** Carolina Cruz de Sousa

**Orientadora:** Profa. Dra. Fabiana C. Taubert de Freitas Swerts

**Curso:** Fisioterapia

**Campus:** Ribeirão Preto

A lombalgia possui maiores incidências na população com idade econômica ativa, principalmente mulheres, levando a incapacidades e aumento dos gastos com a saúde privada ou pública. Portanto, o objetivo da pesquisa foi verificar as evidências relacionadas à efetividade da aplicação do *Isostretching* em pacientes com lombalgia inespecífica ou idiopática, contando com revisão do banco de dados de todas as plataformas da WEB, analisando todos os artigos centrados na utilização do método *Isostretching* para o tratamento da dor lombar idiopática, flexibilidade das cadeias posteriores e aumento da força muscular, que apresentaram resultados positivos ou não. Houve fichamento de 8 registros bibliográficos dos dados coletados, analisando toda a metodologia, dividindo os artigos com a temática principal, seguida de uma subdivisão nos critérios de força muscular e flexibilidade, mesmo quando comparados a outros métodos. Verificou-se melhora do quadro de dor nos pacientes com a patologia, quando utilizado somente o *Isostretching*, assim como a flexibilidade, após a aplicação do mesmo. Em relação à força muscular, verificou-se melhora em grupos musculares específicos, enquanto outros não obtiveram resultados significativos.