**EFICÁCIA DO PILATES EM INDIVÍDUOS COM ESCLEROSE MÚLTIPLA: Uma Revisão Sistemática**

Barbara Galdino de Sousa¹\*; Luana Karoline Castro Silva¹; Grazielle Deleuda Urbano¹; Karen Ariele Ferreira da Costa¹; Wesley Anselmo Lima¹; Francisco Fleury Uchoa Santos Júnior2

\* Autor apresentador

¹ Discente do curso Fisioterapia do Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, Ceará.

² Fisioterapeuta; Mestre em Ciências Fisiológicas - UECE; Doutor em Biotecnologia – UECE; Docente do curso Fisioterapia do Centro Universitário Estácio do Ceará, Fortaleza, Ceará.

**Introdução:** Esclerose múltipla (EM) é uma doença autoimune neurodegenerativa que provoca desmielinização das fibras nervosas do sistema nervoso central dentre seus sintomas estão fraqueza, disturbios posturais e de movimento, bem como fadiga. Uma das possibilidades de tratamento envolve a cinesioterapia, que pode ser realizada com o auxílio de equipamentos, como na Contrologia, desenvolvida por Joseph H. Pilates. O Pilates é um método que estimula equilíbrio dinâmico, força muscular e flexibilidade através do trabalho de estabilização do core, visando controle de músculos estabilizadores do corpo. **Objetivos:** Avaliar a eficácia do método Pilates realizado em pacientes com EM. **Métodos:** Trata-se de uma revisão sistemática de literatura realizada através das bases de dados PEDro, SCIELO, PubMed e Portal Regional BVS no período do mês de outubro de 2017. Para pesquisa, foram utilizados os descritores Distúrbios Neurológicos, Esclerose Múltipla e Pilates. Os critérios de inclusão adotados exigiam que os estudos tivessem sido publicados no período de 2012 a 2017 nos idiomas português e inglês. Foram encontrados 07 artigos na base de dados PubMed, destes, apenas 1 foi excluído por tratar-se de um projeto de pesquisa. Não foi gerado nenhum resultado nas outras bases. **Resultados:** Foram analisados seis trabalhos que objetivavam identificar a eficácia da técnica de pilates na correção de desordens decorrentes da EM. Todos os artigos apresentaram qualidade metodológica maior que 5 na escala PEDro, com uma pontuação média de 7,16. Foi identificado resultado positivo na melhora do equilíbrio, mobilidade, força muscular, e na redução da fadiga, sendo ainda atribuído ao pilates a melhora de estabilidade, postura e diminuição de dores nos indivíduos dependentes de cadeira de rodas. **Conclusão:** Os estudos apontam o pilates como técnica eficaz na abordagem de tratamento do paciente com EM. Entretanto a quantidade de estudos acerca do assunto assume que mais pesquisas precisam ser geradas para fundamentar essa afirmação.

**Descritores:** Distúrbios Neurológicos; Esclerose Múltipla; Pilates;