



APLICAÇÃO DO MÉTODO PILATES NA EDUCAÇÃO FÍSICA: REVISÃO SISTEMÁTICA NAS BASES DE DADOS E PERIÓDICOS

Luana Bonini Graciani¹
Américo Valdanha Netto²
Gabriella Andreta Figueiredo³
José Roberto Gnecco⁴

O *Método Pilates* é constituído por um sistema de exercícios que desenvolve o condicionamento físico integrando o corpo e a mente, tendo uma forte presença na atuação Profissional na área da Educação Física e da Fisioterapia, seja para habilitação e reabilitação de pacientes ou ainda no tratamento de diferentes disfunções. Sua alta adesão e popularidade nos últimos anos, fez com que o Método fosse cada vez mais utilizado na rotina de pessoas que querem promover qualidade de vida, prevenir lesões e doenças, manter a saúde mental e até mesmo aumentar a performance e desempenho em esportes. No âmbito deste contexto o objetivo desta pesquisa foi identificar, verificar e analisar a presença do *Método Pilates* nas pesquisas desenvolvidas na Área Acadêmica da Educação Física a partir de uma revisão sistemática. Para tal utilizou-se como estratégia de busca o termo PILATES em 8 (oito) bases de dados eletrônicas pré-estabelecidas e nos 92 (noventa e dois periódicos) em língua portuguesa selecionados a partir da plataforma scupira, sendo que 4 bancos de dados retornaram resultados. Os periódicos passaram por seleção que determinou aqueles que seriam utilizados na pesquisa. Assim trinta e nove foram excluídos por estarem repetidos na lista, adicionados em dois formatos (online e impresso) ou por não terem apresentado nenhum resultado para a pesquisa. Cinquenta e três periódicos foram consultados e apenas dezessete apresentaram resultados. Após análise de cada banco de dado e periódico que forneceu resultados, a somatória final de estudos foi de 640. Para filtragem e seleção dos títulos os critérios de exclusão foram: (a) Títulos repetidos; (b) Artigos não localizados ou em apenas plataformas privadas/pagas; (c) Pesquisas em andamento, apenas com resultados parciais e (d) Foge do objetivo desta pesquisa. Assim 500 artigos foram selecionados, cada trabalho foi analisado e categorizado de acordo com as áreas de interesse da Educação Física pré-estabelecidas pela Autora, a partir da observação e análise dos títulos e dos resumos dos trabalhos e 140 artigos foram descartados após a seleção e categorização dos títulos inclusos na pesquisa. Após agrupados considerou-se as considerações finais e/ou conclusões para esta pesquisa, de forma a criar um compilado de informações, gerando novas considerações relevantes para a área. Ao final do estudo pudemos concluir que o *Google Scholar* é a plataforma que mais oferece resultados a partir dos termos selecionados, que o *Método Pilates* tem uma importante associação com a população idosa, que qualidade de vida é o fator que mais motiva as pessoas a conhecerem o *Método*, que a prática apresenta benefícios e evoluções no quadro de saúde dos praticantes ou em algum aspecto específico que interfere de forma direta na funcionalidade do indivíduo e que isso se potencializa caso esteja associado à alguma outra técnica ou modalidade.

¹ Graduada em Educação Física (DEF/IBRC/UNESP), luana.bonini@unesp.br;

² Doutor em Ciênc. da Motricidade (DEF/IBRC/UNESP) - Conselho Municipal de Saúde, americo.valdanha@unesp.br;

³ Pós-doutora em Ciências da Saúde (Unicsul) - DEF/IBRC/UNESP, gabriella.figueiredo@unesp.br;

⁴ Professor Doutor (DEF/IBRC/UNESP) - Ministério do Esporte, jose-roberto.gnecco@unesp.br;