



**REENCONTROS  
NOVOS ESPAÇOS  
OPORTUNIDADES**

**XXXIV SIC** Salão Iniciação Científica

**26 - 30  
SETEMBRO  
CAMPUS CENTRO**

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2022: SIC - XXXIV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2022
<b>Local</b>	Campus Centro - UFRGS
<b>Título</b>	Efeitos do Método Pilates na glicemia de diabéticos tipo 2: uma revisão sistemática
<b>Autor</b>	LAURA SILVEIRA DE MOURA
<b>Orientador</b>	JEFFERSON FAGUNDES LOSS

O Diabetes Mellitus Tipo 2 (DM2) é uma doença crônica importante com alto índice de prevalência e altas taxas de incidência, e o exercício físico é um dos pilares centrais do seu tratamento. Sendo o Método Pilates uma modalidade de exercício resistido, é possível que a sua prática possa apresentar resultados positivos na glicemia de indivíduos com Diabetes. Entretanto, estudos que avaliaram a eficácia do Método Pilates na glicemia dessa população apresentaram divergências. Portanto, o objetivo deste trabalho foi de realizar uma revisão sistemática para verificar os efeitos do Método Pilates na glicemia de indivíduos com DM2. Foi elaborado um PICOT e as bases de dados utilizadas foram Scopus, Web of Science, Pubmed e Embase, e também foi realizada uma busca adicional na Plataforma Lattes. Dois revisores selecionaram, avaliaram a qualidade metodológica e o risco de viés com a escala PEDro e extraíram os dados dos estudos de forma independente. Em caso de discordância, um terceiro revisor foi consultado (registro Prospero: CRD42021236216). Foram identificados 149 estudos nas bases de dados e 7 estudos na plataforma Lattes, totalizando 156 estudos; 4 foram incluídos na revisão. De forma crônica, a hemoglobina glicada foi o principal desfecho, apresentando uma redução significativa em todos os estudos, embora em alguns casos o grupo controle também tenha sofrido redução. A glicemia de jejum, a glicemia pós-prandial e também, de forma aguda, a glicemia antes e depois de cada sessão do Método Pilates também apresentaram redução, mas de forma inconsistente entre os estudos. Sendo assim, conforme as evidências apresentadas pelos estudos que responderam aos critérios de elegibilidade deste estudo, ainda não se pode afirmar quais são os efeitos do Método Pilates na glicemia de indivíduos com DM2. Uma metanálise está sendo realizada para que haja um maior nível de evidência associado aos resultados obtidos neste estudo.