

VIVÊNCIAS DA FISIOTERAPIA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE POR MEIO DO BALLET CLÁSSICO E DO PILATES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Dieini Carla Ferreira¹, Julia Felicetti², Marília Helena Nuncio Alves³, Rafaella Mantelli⁴, Fernando Schorr Grossi⁵, Ana Paula Geraldí Nobah⁶

1. Discente do curso de graduação de fisioterapia, Unoesc, Chapecó, SC
2. Discente do curso de graduação de fisioterapia, Unoesc, Chapecó, SC
3. Discente do curso de graduação de fisioterapia, Unoesc, Chapecó, SC
4. Discente do curso de graduação de fisioterapia, Unoesc, Chapecó, SC
5. Docente do curso de graduação em Fisioterapia, Unoesc, Chapeco, SC
6. Docente do curso de graduação em Fisioterapia, Unoesc, Chapeco, SC

Autor correspondente: Marília Helena Nuncio Alves, mmarihna@gmail.com

Área: Ciências da Vida e Saúde

Introdução: A formação em Fisioterapia requer a integração entre teoria e prática, possibilitando ao estudante compreender a aplicabilidade dos conteúdos de morfofisiologia no movimento humano. Atividades que envolvem modalidades como o Ballet Clássico e o Pilates favorecem a vivência de práticas corporais que, além do caráter artístico ou recreativo, possuem importante valor terapêutico. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada em atividade acadêmica, destacando a aplicabilidade da morfofisiologia na atuação fisioterapêutica por meio do Ballet Clássico e do Pilates. **Método:** Trata-se de um relato de experiência de acadêmicas do curso de Fisioterapia, participantes de atividades de Ballet e Pilates realizadas em grupos interdisciplinares, com integração entre os cursos de Educação Física e Fisioterapia. As vivências priorizaram a aprendizagem ativa, com ênfase na observação e análise de aspectos posturais, equilíbrio, coordenação motora, consciência corporal, controle respiratório e estabilidade do core. **Resultados:** A vivência no Ballet permitiu identificar sua aplicabilidade como recurso terapêutico na Fisioterapia, uma vez que os movimentos dessa modalidade exigem força, flexibilidade, alongamento e controle muscular. Esses elementos contribuem diretamente para a reabilitação de pacientes com disfunções musculoesqueléticas, neurológicas e posturais. Já o Pilates, originalmente desenvolvido como técnica de reabilitação, reforçou sua relação direta com a Fisioterapia, ao trabalhar a respiração, a estabilização do core e a consciência corporal como estratégias preventivas e terapêuticas. Durante as práticas, foi possível reconhecer como os conteúdos de morfofisiologia se aplicam na compreensão dos movimentos, na biomecânica e na prevenção de lesões, ampliando a percepção sobre a atuação profissional. Além disso, a experiência favoreceu a integração multiprofissional, destacando a importância do trabalho em equipe na atenção à saúde. **Conclusão:** A experiência nos possibilitou vivenciar, de forma prática, a aplicabilidade dos conteúdos de morfofisiologia na atuação fisioterapêutica, permitindo reconhecer a relevância do Ballet Clássico e do Pilates como ferramentas de promoção da saúde e prevenção de lesões. A atividade contribuiu para a nossa formação crítica e prática, ressaltando a importância da integração multiprofissional e do desenvolvimento de competências voltadas à promoção do bem-estar.

Palavras-chave: Fisioterapia; Morfofisiologia; Ballet; Pilates; Promoção da Saúde.