



## SÍNDROME DO DESFILADEIRO TORÁCICO COM O TRATAMENTO DA TÉCNICA DE ISOSTRECHING

Tatiane Cristina Santos Leal<sup>1</sup>  
Camila Garcia Francisco<sup>2</sup>  
Veronica Jocasta Casarotto<sup>3</sup>

### RESUMO

A Síndrome do desfiladeiro torácico é um conjunto de sintomas decorrentes da compressão contínua e intermitente do plexo braquial ou de artérias ou veias em seu trajeto denominado desfiladeiro torácico. A técnica isostretching foi fundada por Bernard Redondo o francês criou o método Isostretching há mais de 30 anos, visando devolver ao corpo a flexibilidade muscular, evitando assim o surgimento e a progressão de patologias crônicas que atingem grande parte da população. O método procura resgatar a flexibilidade que perdemos devido ao sedentarismo, ao envelhecimento, aos movimentos viciados do mundo moderno, pois qualquer alteração sofrida ao longo da vida determinará uma maior ou menor deformidade postural em nosso corpo desencadeando à síndrome do desfiladeiro torácico. O Isostretching trabalha de forma global, entretanto a sua principal peça é a coluna vertebral. Ela é a primeira a serem corrigida, depois os braços, pernas e cabeça adaptando-se a ela em cada exercício proposto. Podemos citar como benefícios proporcionados pelo Isostretching, a flexibilidade muscular e articular; controle respiratório; tonicidade da coluna vertebral; mobilidade da bacia e do diafragma, melhora da consciência corporal que possibilita uma postura adequada durante as atividades diárias.

**Palavras chaves:** Fisioterapia. Método Isostretching. Síndrome do desfiladeiro torácico.

---

<sup>1</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: tatiane.leal.acad@ajes.edu.br

<sup>2</sup> Acadêmica do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: camila.francisco.acad@ajes.edu.br

<sup>3</sup> Fisioterapeuta, Coordenadora e Professora do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso. E-mail: veronica\_casarotto@hotmail.com