

CONIC SEMESP

15º Congresso Nacional de Iniciação Científica

TÍTULO: A IMPORTÂNCIA DA AVALIAÇÃO POSTURAL PERIÓDICA NO AMBIENTE ESCOLAR

CATEGORIA: EM ANDAMENTO

ÁREA: CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E SAÚDE

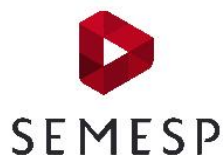
SUBÁREA: EDUCAÇÃO FÍSICA

INSTITUIÇÃO: FACULDADES INTEGRADAS PADRE ALBINO

AUTOR(ES): HALLAN DERRICH PIMENTEL, FELIPE CESAR GOMES CAGNIN, GUILHERME EDUARDO MILETA, JOAO VICTOR ZANCHETA LEAL, RIAN BRAGA PEREIRA

ORIENTADOR(ES): AMÉRICO RICCARDI VACCARI LOURENÇO

Realização:



Apoio:



1-RESUMO

As alterações posturais são problemas ortopédicos normalmente encontrados em crianças e adolescentes na fase escolar, e podem gerar prejuízos funcionais e estruturais permanentes na coluna vertebral e articulações que sustentam o peso corporal. Programas de detecção precoce dos desvios posturais podem ser adotados em escolas, com a finalidade de examinar periodicamente estes escolares, particularmente durante as fases em que o crescimento é mais intenso.

O teste do fio de prumo, juntamente com o auxílio da avaliação postural com o uso do simétrógrafo é uma prática usada para determinar se os pontos de referência da pessoa que está sendo testada estão no mesmo alinhamento que os pontos correspondentes na postura padrão, os desvios dos vários pontos de referência a partir do fio de prumo revelam a extensão na qual o alinhamento da pessoa é defeituoso. Desta forma, a avaliação postural através do fio de prumo é um meio barato e eficiente de identificar alterações físicas que possam comprometer a saúde do escolar.

2- INTRODUÇÃO

A postura é uma posição ou atitude do corpo formada pelo arranjo relativo de suas partes para uma atividade específica, ou ainda, uma maneira característica de alguém sustentar seu corpo, orientada pela força da gravidade (KISNER E COLBY 1992). Em crianças, variações posturais são comumente encontradas no período do crescimento e desenvolvimento, sendo decorrentes dos vários ajustes, adaptações e mudanças corporais e psicossociais que marcam essa fase (PENHA, et al. 2005).

Esses problemas em jovens, tanto a dor nas costas quanto as alterações posturais, podem, segundo SIIVOLA et al., ter causa multifatorial. São identificados como fatores de risco para o surgimento da lombalgia e dos problemas posturais em jovens: utilização de mochilas pesadas e transporte de modo assimétrico, permanência por longos períodos de tempo em postura inadequada durante a posição sentada, utilização de mobílias inadequadas, permanência por muito tempo em frente à televisão, realização de diferentes Atividades de Vida Diária (AVDs) com postura inadequada, menos de sete horas de sono por dia, tabagismo, sobrepeso e apresentação de algum fator psicossocial, como por exemplo, depressão e ansiedade, entre outros.

Os jovens passam muitas horas diárias dentro da escola, e a detecção de dores e disfunções corporais podem ser uma forma de preservar a saúde do escolar, e também impulsionar seu rendimento dentro da sala de aula e nas práticas esportivas.

O teste do fio de prumo, juntamente com o auxílio da avaliação postural com o uso do simetógrafo é uma prática usada para determinar se os pontos de referência da pessoa que está sendo testada estão no mesmo alinhamento que os pontos correspondentes na postura padrão, os desvios dos vários pontos de referência a partir do fio de prumo revelam a extensão na qual o alinhamento da pessoa é defeituoso.

Na postura padrão, a coluna apresenta as curvaturas normais e os ossos dos membros inferiores ficam em alinhamento ideal para sustentação de peso. A cabeça fica ereta em uma posição bem equilibrada que minimiza a sobre carga sobre a musculatura cervical. (KENDALL et al. 1995).

A avaliação postural através do simetógrafo e do fio de prumo é um meio barato e eficiente de identificar alterações posturais que possam comprometer a saúde do escolar.

3-OBJETIVO

Este estudo tem como objetivo identificar as alterações posturais que podem ser identificadas nos segmentos corporais, nos planos sagital, frontal e dorsal, em uma avaliação postural com o auxílio do fio de prumo e do simetografo.

4-METODOLOGIA

Será realizado um estudo transversal, descritivo, quantitativo dentro da escola particular Colégio Nossa Senhora da Ressurreição da cidade de Catanduva SP, com a participação dos alunos da 1º e 2º série do Ensino Médio do sexo masculino para pesquisa. O estudo será desenvolvido por meio de uma avaliação postural, com o uso de um simetógrafo, segundo os critérios propostos por Kendall et al., e o fio de prumo para realizar avaliações posturais nos alunos, nos planos Frontal e Sagital.

5-DESINVOLVIMENTO

Os alunos irão se posicionar a frente do simetografo sobre uma base de

madeira centralizada, todos deverão estar com um short padronizado para realizar as fotos e a avaliação. A frente do aluno será colocado o fio de prumo para realizar as observações posturais. No caso do plano frontal o fio de prumo deverá passar medialmente entre os calcanhares, membros inferiores, através da linha média da pelve, esterno e crânio. No plano sagital o fio de prumo deverá passar através do lóbulo da orelha, dos corpos das vértebras cervicais, da articulação do ombro, aproximadamente pelo meio do tronco, aproximadamente do trocanter maior do fêmur, ligeiramente anterior ao centro da articulação do joelho e ligeiramente anterior ao maléolo lateral. No plano dorsal o fio de prumo deverá passar medialmente entre os calcanhares, membros inferiores, através da linha média da pelve, coluna, esterno e crânio. (KENDALL et al. 1995)

6- RESULTADOS PRELIMINARES

Com estes métodos observamos várias alterações posturais nestes variados escolares de idades diferentes, alunos com escolioses e hiperlordoses, joelhos varos e vagos e pés planos e chatos, todos problemas ocorridos por uma má postura em sua sustentação corporal.

7- FONTES CONSULTADAS

KISNER, C.; COLBY, L.A. **Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas**. 2a ed. São Paulo: Manole; 1992.

KENDALL, F.P.; MCCREARY, E.K.; PROVANCE, P.G. **Músculos: provas e funções**. 4ed. São Paulo: Manole; 1995.

SIIVOLA, S.; LEVOSKA, S.; LATVALA, K.; HOSKIO, E.; VANHARANTA, H.; KIUKAANNIEMI, S.K. **Predictive Factors for Neck and Shoulder Pain: A longitudinal Study in Young Adults**. Spine. 2004;29(15):1662-9. doi:10.1097/01.BRS.0000133644.29390.43.

PENHA, P.J.; JOÃO, S.M.; CASAROTTO, R.A.; AMINO, C.J.; PENTEADO, D.C. **Postural assessment of girls between 7 and 10 years of age**. Clinics 2005;60:9-16.