

Artigo original

Intervenção fisioterapêutica preventiva em alunos de 5ª a 8ª séries do colégio de aplicação da Universidade Iguazu

Preventive physiotherapeutic intervention in students of the 5ª to 8ª class in application school of the Iguazu university

Luís Guilherme Barbosa*, Tadeu de Oliveira Madeira**, Claudia da Costa Soares***, Ivana P. Cardoso****

.....

Professor de Fisioterapia Preventiva da UNIG. Mestre e doutorando em Engenharia de Produção UFRJ, **Coordenador do Curso de Fisioterapia da UNIG, *Monitora da disciplina Fisioterapia Preventiva e Saúde Pública, ****Aluna colaboradora, oriunda do Curso de Pós-graduação em Cinética Funcional*

Resumo

A atividade de estudar, do ponto de vista postural, pode ser prejudicial à saúde da criança, ao longo do tempo. As posturas adotadas pelas crianças, necessárias à atividade, sofrem interferência do mobiliário, do humor, da idade, da atividade de aula aplicada e da capacidade física. A identificação dessas posturas erradas permite a inserção de atividades compensatórias, para prevenir o surgimento de alterações posturais.

Palavras-chave:

Prevenção, fisioterapia, ergonomia, educação.

Key-words:

Prevention, physiotherapy, ergonomics, education.

Abstract

To study during long time can be damage to the health if we think about the body postural arranged. The children's body posture receives of age and table and chair and humor and listen and physical capacity influences. The wrongs body posture identification can be used to insert compensations activities to prevent the body posture alterations.

.....

Artigo recebido em 1 de fevereiro de 2002; aprovado em 10 de fevereiro de 2002

Endereço par correspondência: Luís Guilherme Barbosa, Caixa Postal 80214, 25521-970, São João de Meriti. RJ.
Tel: (21) 99544150, E-mail: luisgbarbosa@uol.com.br

1 - Introdução

A atividade do estudante, do ponto de vista postural, pode ser prejudicial à saúde da criança, ao longo do tempo. As posturas adotadas pelas crianças, necessárias à atividade, sofrem interferências diversas, tais como: do mobiliário, do humor, da idade, da capacidade física, dos meios de transportes para a escola, da carga da mochila, das atividades desenvolvidas em sala de aula e, mesmo, no lar. Essas alterações podem ser detectadas ainda no início de sua instalação, facilitando a intervenção clínica e fisioterápica. A interferência preventiva na criança tende retardar o aparecimento de alterações em adultos jovens, além de ser muito mais barato do ponto de vista financeiro e emocional. Logo trabalhar com a criança e com o adolescente representa uma possibilidade de vida melhor para a população, no aspecto referente aos desconfortos posturais, tão comuns no adulto. Este trabalho é resultado parcial do Projeto de Iniciação à Pesquisa científica da Universidade Iguazu.

Materiais e métodos

As avaliações posturais de 12 crianças do sexo masculino foram realizadas na Sala de Aulas Práticas da disciplina de Métodos e Técnicas de Avaliação. As filmagens realizadas com uma filmadora Handcam SONY Digital 8, que forneceram as imagens, via placa de captura de vídeo, para o Software de Análise Postural DaVinci, da MICROMED, o qual facilitou a análise em questão. Estes dados foram obtidos durante duas aulas de educação física, devido à facilidade da vestimenta e do deslocamento, de modo a não interferir nas atividades de sala de aula, o que seria mais complicado nos aspectos reposição de conteúdo e vestimenta. Foi usado um Simetrógrafo de material plástico translúcido [1], com divisórias eqüidistantes, cujas distâncias não foram objetos de controle, visto que nossa abordagem, nesse momento do trabalho, não tem cunho quantitativo. Buscamos criar um clima de entretenimento e cortesia para facilitar a participação das crianças, de modo que

parecesse a elas uma atividade corriqueira e divertida, de modo a não induzir qualquer possibilidade de inferirem que sua participação na atividade se dava por motivo de doença. As alterações apresentadas nas meninas não foram consideradas em função da vestimenta inadequada adotada pelo grupo, o mesmo ocorrendo na parte inferior do corpo dos meninos (da cintura pélvica até os pés), visto não termos tido tempo hábil de informar a vestimenta adequada. A opção de manter o trabalho apesar de algumas intempéries se deveu ao fato da grande expectativa apresentada pelas alunas que se mostraram grandemente estimuladas na realização das tarefas e qualquer retrocesso representaria uma lacuna imperdoável, pois a aluna que participa do processo de iniciação científica estava no semestre final.

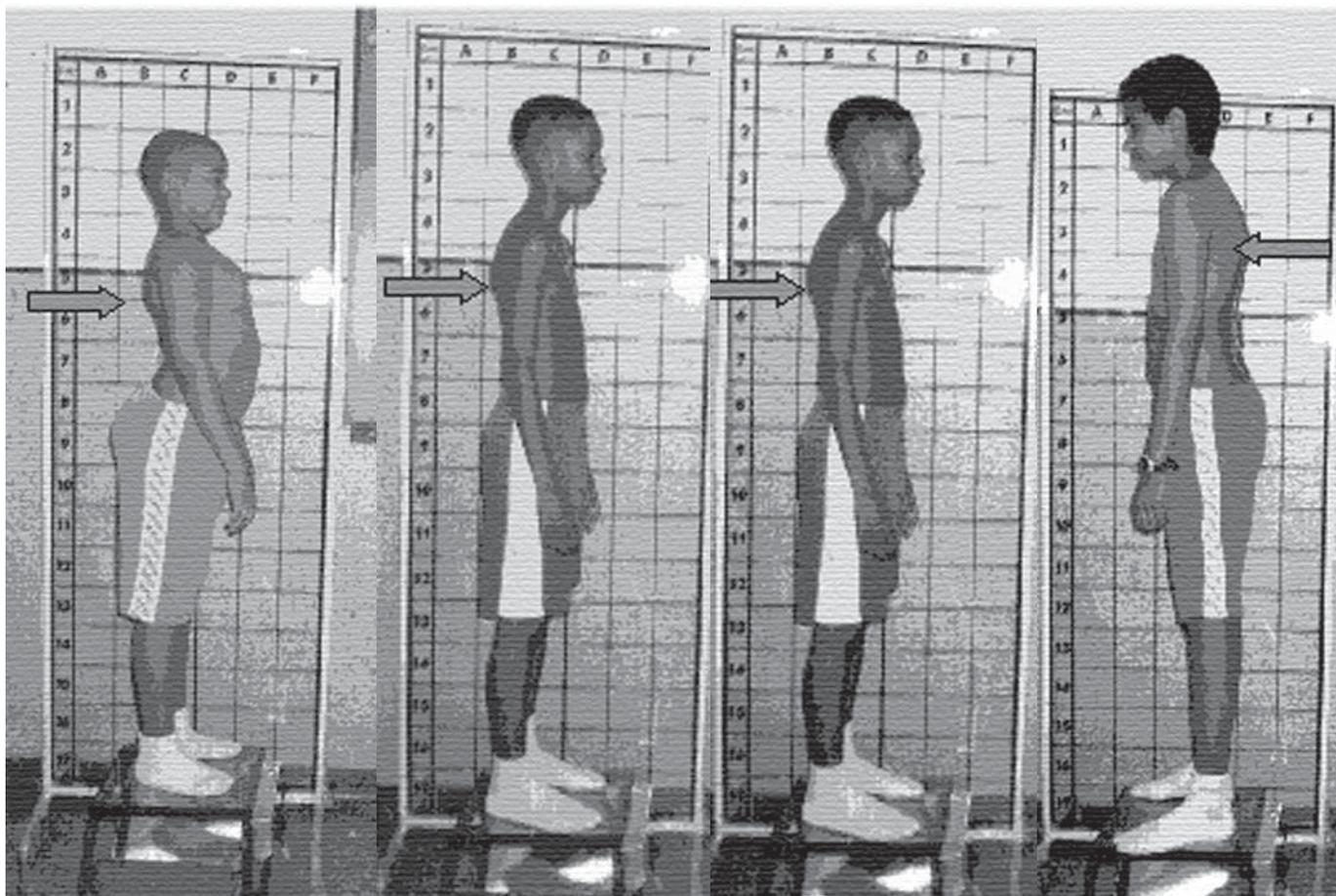
Resultados

Obtidos na observação das fotos e filmagem de 12 meninos.

VISTA: Anterior	
Região	Alterações
Cabeça	Inclinação lateral: à direita - 4; à esquerda - 8.
Cintura Escapular	Ombro mais elevado: direito - 10; esquerdo - 2.
Tronco	Triângulo de Talle: > à direita - 4; à esquerda - 8.
VISTA: Perfil	
Região	Alterações
Cabeça	Ânteropulsão - 11; Retropulsão - 1.
Cintura Escapular	Ombros: Ânteropulsão - 12; Retropulsão - 0. Escápulas Aladas - 12
Tronco	Cifose Torácica - 11; Curvatura Torácica Normal - 1.
Abdome	Protuso - 8; Normal - 4.
Lombar	Lordose - 8; Normal - 4.

Discussão

Em um primeiro momento podemos referir um determinado sentimento de caos envolvendo os resultados, entretanto a postura do jovem em crescimento é bastante variável nos aspectos relativos a forma [2]. A grande variedade de posturas adotadas ao longo do dia por esses adolescentes é muito grande, facil-



itando a alternância dessas alterações em relação a lados e amplitudes, intensificando-se em compressões e trações das diversas estruturas envolvidas [3]. É comum a presença de alterações posturais em escolares [4]. Entretanto, fica patente a total predominância da escápula alada, preconizada pela fraqueza dos músculos serráteis e rombóides, proveniente, provavelmente, das posturas adotadas pela criança, seja na escola [5], seja nas demais atividades realizadas durante o dia diante da televisão, nas refeições, ou mesmo durante o deslocamento para casa [6].

Conclusões

Todos possuem indicação para realização de um trabalho de correção e manutenção da postura, visando impedir a evolução e mesmo a instalação de vícios posturais, ao longo do tempo, prováveis causadores de problemas outros derivados dos desequilíbrios ora existentes. Dois alunos, porém, merecem atenção

especial, visto que um deles (Foto 1), apresenta exacerbação da curvatura lombar, que aliada à obesidade pode representar grande risco à sua saúde; enquanto o outro (Foto 2), apresenta grande estatura e alterações posturais bastante acentuadas, tendendo a ocorrer a instalação das mesmas.

Agradecimentos

Nossos agradecimentos a Diretora do Colégio de Aplicação Prof^ª. Maria de Fátima Mayer Raunheit Ramos, a Coordenadora Geral do Colégio de Aplicação Prof^ª. Maria Caroline Provençano do Outeiro Gonçalves, a Prof^ª. Edith Maria Marques Magalhães Silva, Orientadora Pedagógica do Colégio de aplicação, a toda a equipe da Educação Física e demais profissionais que facilitaram de alguma maneira nossas atividades, tão como aos alunos que na confiança do trabalho se expuseram diante de nossos olhares atentos.

Referências

1. Neto FR. Avaliação postural em escolares de 1ª a 4ª série do 1º grau. Revista Brasileira de Ciência e Movimento, CELAFISCS. São Caetano do Sul 1991;5(2):7-11.
2. Bracciali LMP. Estudo das relações existentes entre crescimento e desvios posturais. Revista Reabilitar. Editora Pancast. São Paulo 2000;3(9).
3. Mota JAP. A postura como fator de observação na escola. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. CELAFISCS. São Caetano do Sul. Vol. 1991;5(2):36-40.
4. Ferriani MGC, Kanehira AS, Ferreira E, Cano MA. Orientação postural aos escolares em escolas da rede pública do ensino de 1º e 2º graus, no Município de Ribeirão Preto. Revista Brasileira de Saúde Escolar. ABRASE. São Paulo. 1996;4(1/2):51-54.
5. Moro ARP, Avila AOV, Nunes FP. O design da carteira escolar e suas implicações na postura das crianças. Anais do VIII Congresso Brasileiro de Biomecânica. UDESC. Florianópolis. 1999. Págs. 125-130.
6. Bezerra EC, Serrão JC, de Sá MR, Amadio CA. Descrição dinâmica da marcha durante o transporte de cargas de 10KG, 20 KG e 30 KG através de mochilas. Anais do VIII Congresso Brasileiro de Biomecânica. UDESC. Florianópolis. 1999. Págs. 591-596.

Lançamento Atlântica Editora

TRATAMENTO OSTEOPÁTICO DAS LOMBALGIAS E CIÁTICA

por François Ricard

O autor é diretor da Escuela de Osteopatia de Madri, e neste volume apresenta através de textos e ilustrações as técnicas desenvolvidas ao longo de sua carreira. São 400 páginas com fotos, ilustrações e texto.

Para conhecer mais: www.atlanticaeditora.com.br