

Artigo original

A influência da personalidade na postura

The influence of personality on the posture

Kelser de Souza Kock*, Lilian Gerdi Kittel Ries, M.Sc.**

.....

*Fisioterapeuta do Hospital Nossa Senhora da Conceição – Tubarão – SC, **Fisioterapeuta, Professora da Disciplina de Fisioterapia Aplicada à Pediatria II – Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos, Universidade do Estado de Santa Catarina – Florianópolis - SC

Resumo

Esta pesquisa objetiva verificar a influência da personalidade na postura. Tem como base a tipologia junguiana, a qual define psicologicamente dois tipos de personalidade: extrovertida e introvertida. Especificamente, procura evidenciar o padrão postural mais comum em ambos os tipos psicológicos. Os instrumentos utilizados foram o simétrógrafo, para a avaliação postural e o questionário de Neymann-Kohlstedt, para análise da personalidade. Esses puderam avaliar, através de um estudo de campo, os sessenta indivíduos acadêmicos do CEFID - UDESC. Os resultados obtidos indicam que a cabeça anteriorizada e a protusão de ombros, embora vistas nos dois tipos psicológicos, foram mais frequentes nos introvertidos. Outro dado expressivo foi a grande quantidade de indivíduos com alteração na coluna vertebral em ambos os tipos psicológicos. Conclui-se, de acordo com os dados alcançados, sugere uma relação entre personalidade e postura, porém na maioria das vezes o fator psicológico não foi bastante capaz de alterar a constituição física.

Palavras-chave:
personalidade, postura,
imagem corporal.

Abstract

The purpose of this study is to know how the personality have an influence on posture. It is based on Junguian typology who establish psychologically two types of personality: extrovert and introvert. Specifically, the aim at to prove the most common (usual) pattern of posture in both psychologies types. Simetrograph was the instrument used to posture evaluation and Neymann-Kohlstedt questionnaire to personality analysis. Those methods could evaluate sixty students from CEFID-UDESC. The results showed that anterior position of the head and of the shoulders, although it was present at two psychologies types, were most frequent in introvert. Another important result was the great index of vertebral column alteration in both types of personality. It was concluded that, based on the results, there is some relation between personality and posture, but in most of times the psychology factor wasn't able to change the body form.

Key-words:
personality, posture,
body image.

Recebido 21 de maio de 2003; corrigido 16 de março de 2004; aceito 20 de março de 2004.

Endereço para correspondência: Kelser de Souza Kock, Rua Galdino José de Bessa, 164 Oficinas 88702-220 Tubarão SC, Tel: (48) 622-2794/9996-9811, E-mail: kelserkock@yahoo.com.br

Introdução

O presente trabalho descreve a influência da personalidade na postura segundo a perspectiva da tipologia junguiana. Jung [1], define basicamente dois tipos psicológicos: extrovertido e introvertido. Em pesquisas anteriores [2-8], já foi demonstrado o aspecto global do indivíduo, onde mente e corpo funcionam em uníssono.

Caminhando nesse sentido, tentou-se observar o grau da influência da personalidade na postura, bem como verificar os limites extremos posturais de cada personalidade. Tendo em vista a possível correlação entre a personalidade e o vício postural mais comum de cada tipo, pode-se fazer um tratamento preventivo, evitando futuros problemas posturais que venham a ocorrer. Além disso, através da anamnese, o terapeuta pode avaliar se o paciente possui uma personalidade extremada (extrovertido/introvertido), estabelecendo um diagnóstico que não se preocupará somente com a correção da postura, mas também fará o encaminhamento a profissionais especialistas nessa área. Outro fator importante a ser considerado é a consciência do esquema corporal, pela qual o paciente poderá fazer uma auto-correção de sua postura.

Como hipóteses, esperava-se que os tipos introvertidos, pela predominância do subjetivismo e valorização do mundo interno [1], poder-se-iam mostrar-se numa postura de fechamento anterior, caracterizados pela rotação interna de membros superiores (MMSS) e membros inferiores (MMII), cifose torácica e protusão de ombros, nitidamente marcados pela cadeia Antero-Lateral de Dennis-Struyf [4]. Pelo contrário, os tipos extrovertidos, marcados pela objetividade e exaltação do mundo externo [1], poder-se-iam apresentar-se numa postura de abertura, caracterizados pela rotação externa de MMSS e MMII e retração de ombros, mostrando-se com predominância da cadeia Pósterio-Lateral de Dennis-Struyf [4]. E na faixa intermediária, os tipos medianos, por possuírem traços dessa ou daquela personalidade, poder-se-iam apresentar-se numa postura com parâmetros mais próximos da normalidade.

O método utilizado teve como natureza a pesquisa aplicada, de campo, sendo descritivo de correlação. Através da comparação dos dados obtidos pelo questionário de Neymann-Kohlstedt (analisa a personalidade) e pela avaliação postural, pôde-se constatar que os tipos introvertidos apresentaram maior taxa de anteriorização da cabeça e protusão de ombros que os extrovertidos. Outro dado expressivo foi a acentuada percentagem de alteração na coluna vertebral em ambos os tipos psicológicos. No mais, pode-se dizer que a personalidade não foi um fator tão relevante capaz de alterar a postura.

Material e Métodos

População e amostra

A população da referente pesquisa foi constituída pelos acadêmicos da Universidade do Estado de Santa Catarina

(UDESC) do Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos (CEFID).

Foram escolhidos 30 indivíduos do sexo masculino e 30 do sexo feminino através de uma amostragem não probabilística intencional, no período de outubro / 2000 a fevereiro 2001. Os integrantes da amostra não eram portadores de qualquer tipo de patologia.

Instrumentos de pesquisa

Foram utilizados um simetrógrafo [9], para avaliação postural e o questionário de Neymann-Kohlstedt [10] para a análise da personalidade (extrovertido/mediano/introvertido).

Descrição dos instrumentos

a) Questionário de Neymann-Kohlstedt: é constituído de 50 perguntas fechadas, as quais analisam a personalidade segundo a tipologia junguiana.

b) Simetrógrafo ("quadro quadriculado"): Responsável pela avaliação postural. Consiste num tabuleiro portátil, com placa de acrílico transparente, medindo cerca de 1,95 m de altura por 90 cm de largura, sob uma moldura de alumínio. Um braço metálico é fixado perpendicularmente sobre a moldura superior, projetando-se aproximadamente 60 cm para frente. O prumo de chumbo preso a este braço divide o tabuleiro no sentido vertical em duas medidas iguais. Sobre o tabuleiro de acrílico apresentam-se linhas horizontais e verticais, dividindo toda a superfície em quadrados de 7,5 cm. Estes quadrados permitem localizar e registrar os defeitos da postura.

Coleta de dados

Os escolhidos foram abordados no Centro de Educação Física, Fisioterapia e Desportos (CEFID) e através de uma conversa informal, era esclarecido o assunto e as questões de estudo. Após a conversa era entregue o questionário de Neymann-Kohlstedt para a avaliação da personalidade (extrovertido / mediano / introvertido). Os indivíduos, então, respondiam o questionário e devolviam logo em seguida ao aplicador. Em alguns minutos a resposta do tipo de personalidade era dada ao questionado. Logo após, os indivíduos eram levados à sala de mecanoterapia da Clínica de Fisioterapia do CEFID para serem submetidos a uma avaliação postural. Eles, então, estavam trajados com roupa de banho e se colocavam, junto ao simetrógrafo, dando início a avaliação. Posteriormente, era informado ao indivíduo a presença ou não de desvios posturais.

Organização dos dados

A personalidade, dividida em dois tipos gerais por Jung [1], foi acrescida de mais um tipo intermediário, totalizando

3 (três) tipos psicológicos: introvertido, mediano e extrovertido. Considerando que não existe um indivíduo puramente introvertido ou extrovertido, achou-se melhor acrescentar o tipo mediano, que seria a soma das características introvertidas e extrovertidas numa mesma pessoa.

Os dados relacionados à personalidade foram obtidos pelo questionário de Neymann-Kohlstedt, através de 50 (cinquenta) perguntas fechadas. Para essas perguntas, as únicas respostas possíveis eram sim ou não. Assim, cada resposta definia um traço introvertido ou extrovertido. Somando-se essas respostas, formava-se o tipo psicológico de cada indivíduo. Dessa maneira, foi possível defini-los em porcentagens:

- tipos extrovertidos: acima de 55 % de extroversão ou abaixo de 45% de introversão;
- tipos medianos: entre 45% de introversão / extroversão e 55 % de introversão / extroversão;
- tipos introvertidos: acima de 55% de introversão ou abaixo de 45% de extroversão.

Com relação ao exame postural, a ficha de avaliação pôde informar qualquer anormalidade existente; assim, foi possível correlacionar a personalidade e a postura.

Resultados e discussão

Análise dos tipos psicológicos

Na análise dos tipos psicológicos dos 60 indivíduos avaliados, verifica-se que houve predominância dos tipos medianos (40%) e extrovertidos (45%) sobre os introvertidos (15%) nos dois sexos. Outro fator importante a ser destacado é a pequena quantidade de indivíduos do sexo feminino (5%) dentro do tipo psicológico introvertido, chegando a metade, com relação ao sexo masculino (10%) (Tabela I).

Convém lembrar que, Jung [1] classifica a personalidade em dois tipos gerais: introvertido e extrovertido. O tipo extrovertido vive de maneira tal que, o objeto representa em sua consciência, como grandeza determinante, uma função mais importante do que a do seu ponto de vista subjetivo. O tipo introvertido distingue-se do extrovertido pelo fato de que não se orienta pelo objeto e pelo objetivamente, mas por fatores subjetivos.

O acréscimo do tipo mediano é justificado pela soma de traços introvertidos e extrovertidos, já que é assim que o questionário de Neymann-Kohlstedt funciona. Os tipos medianos, por apresentarem características desta ou daquela personalidade, obtiveram um grande número de indivíduos, totalizando 40% do total (Tabela I).

Tabela I - Relação entre tipos de personalidade e sexo.

	Introvertidos	Medianos	Extrovertidos	Total
Masc	6 (10%)	11 (18,3%)	13 (21,6%)	30 (50%)
Fem	3 (5%)	13 (21,6%)	14 (23,3%)	30 (50%)
Total	9 (15%)	24 (40%)	27 (45%)	60 (100%)

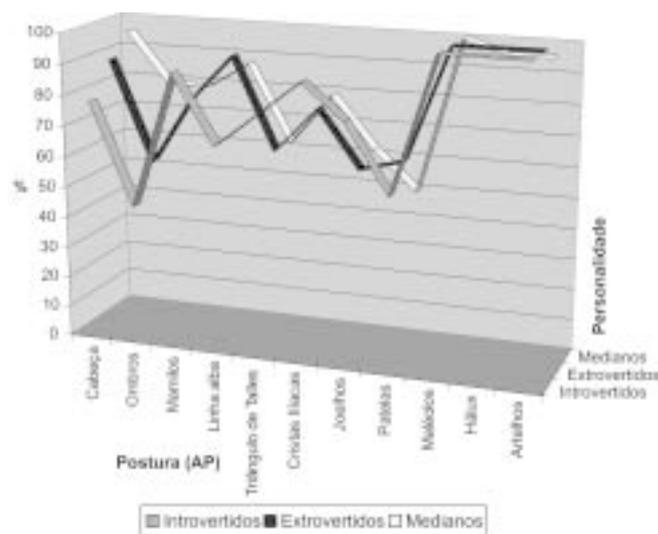
Análise dos tipos psicológicos relacionados a parâmetros normais de postura

Analisando os resultados da postura em AP (ântero-posterior) relacionada com os tipos psicológicos, pode-se perceber que a “normalidade postural” é vista frequentemente em ambos os tipos de personalidade. Esperava-se que esse parâmetro mais próximo do normal fosse visto comumente no tipo mediano, o que não ocorreu, exceto na postura da cabeça e dos ombros (Figura 1).

Com relação aos extremos de personalidade, os introvertidos apresentaram mais normalidade nos mamilos, triângulo de Talles, cristas ilíacas e joelhos e em contrapartida, os extrovertidos obtiveram o parâmetro mais normal apenas na linha alba e patelas (Figura 1).

É interessante observar também que, os maléolos, hálux e artelhos foram geralmente normais nos três tipos de personalidade (Figura 1).

Figura 1 - Relação entre tipos de personalidade e parâmetros normais de postura (AP).



Ao analisar-se os tipos de personalidade com a postura em PA (póstero-anterior), observa-se que os tipos medianos apresentarem mais normalidade na postura escapular (esquerda e direita) e nos pés. Em compensação, no outros parâmetros ela foi igual ou inferior, com relação aos demais tipos psicológicos (Figura 2).

Os resultados que merecem destaque são a freqüente taxa de alteração na coluna vertebral e a grande normalidade na prega glútea e linha poplíteica encontradas em ambos tipos de personalidade (Figura 2).

Na postura vista de perfil relacionada com os tipos psicológicos, os resultados demonstram que, os tipos medianos obtiveram maior taxa de normalidade apenas na coluna vertebral, ombros e MMII. No mais, os resultados

dos extrovertidos e introvertidos analisados de acordo com os parâmetros normais de postura, foram superiores ou equivalentes (Figura 3).

Os dados obtidos que se referem a maior normalidade nos introvertidos foram encontrados no tronco, MMSS, pelve, joelhos e pés. Já nos extrovertidos, apenas a cabeça e abdômen mostraram-se com maior frequência normais (Figura 3).

Figura 2 - Relação entre tipos de personalidade e parâmetros normais de postura (PA).

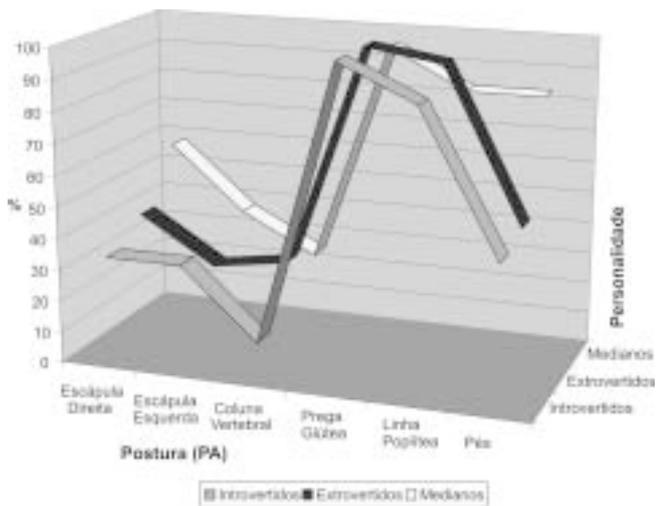
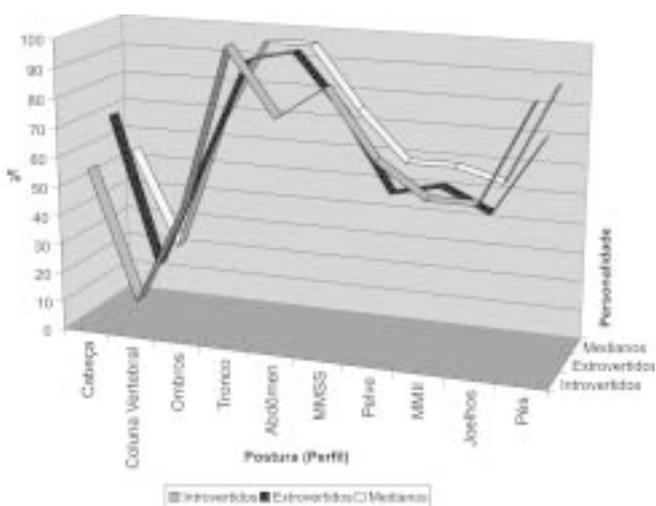


Figura 3 - Relação entre tipos de personalidade e parâmetros normais de postura (Perfil).



Análise dos tipos introvertido e extrovertido relacionados à postura

Discutindo agora os tipos extremos de personalidade, aparecem os tipos extrovertidos e introvertidos. Para que a demonstração dos dados não fique demasiado entediante e desinteressante, preferiu-se relacionar os dados mais relevantes referentes à pesquisa, enfatizando os desvios

posturais no plano sagital. Dennis-Struyf [4], diz que é nesse plano que a personalidade se torna mais evidente na forma corporal. E Kendall [11], comenta que desvios posturais relacionados à dominância são vistos comumente no plano coronal. Assim, explica-se a preferência pelo plano sagital, além de tornar-se enfadonha a descrição detalhada de todos os parâmetros posturais. A inferência dos resultados foi feita através do teste qui-quadrado, o qual não encontrou significância estatística ($p > 0,05$) em nenhuma das variáveis avaliadas.

Na variável cabeça, pode-se perceber que a postura normal é freqüente tanto nos tipos psicológicos extrovertidos (70,3%) quanto nos introvertidos (55,5%). Em relação à postura alterada observa-se que nos diferentes tipos de personalidade ocorre um predomínio da cabeça anteriorizada, sendo mais freqüente nos introvertidos (44,4%) do que nos extrovertidos (22,2%). Já a posteriorização da cabeça somente foi encontrada no tipo psicológico extrovertido (7,4%) (Tabela II).

Tabela II - Relação entre tipos de personalidade e postura da cabeça.

Cabeça	Introvertidos	Extrovertidos
Normal	5 (55,5%)	19 (70,3 %)
Anteriorizada	4 (44,4%)	6 (22,2%)
Posteriorizada	0 (0%)	2 (7,4%)
Total	9 (100%)	27 (100%)

Cabe observar, que esses resultados parecem demonstrar a predominância das cadeias AL e PL [4], nos tipos introvertidos e extrovertidos, respectivamente. O fechamento anterior leva a uma cabeça anteriorizada e, pelo contrário, a abertura induz à posteriorização da cabeça.

No parâmetro postural ombros, percebe-se que não houve indivíduos com retração, enquanto que a protusão foi freqüente e um pouco mais acentuada nos tipos introvertidos (55,5%). A normalidade evidenciou-se nos extrovertidos (55,5%) (Tabela III).

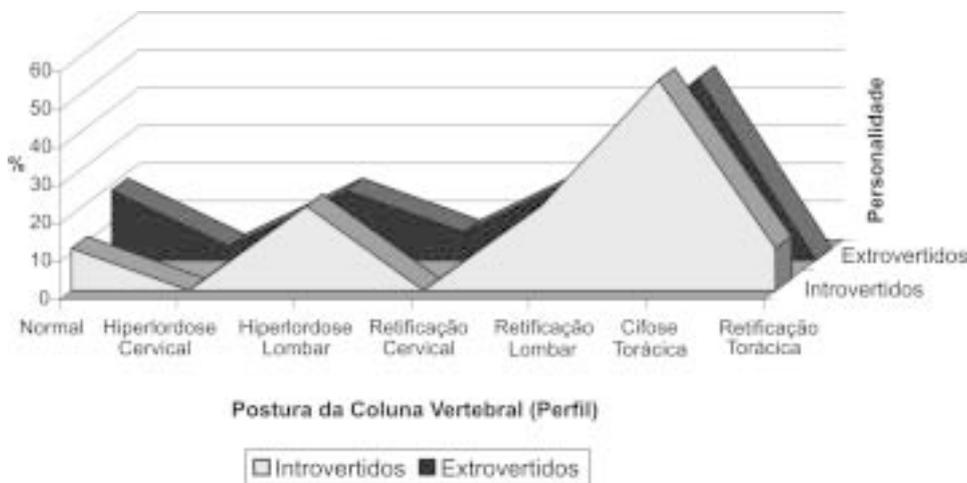
Tabela III - Relação entre tipos de personalidade e postura do ombro.

Ombros	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	4 (44,4%)	15 (55,5%)
Protusos	5 (55,5%)	12 (44,4%)
Retraídos	0 (0%)	0 (0%)
Total	9 (100%)	27 (100%)

Assim como nos resultados supracitados, pode-se observar uma pequena relação entre as cadeias de Dennis-Struyf [4] e a personalidade. A cadeia AL, devido ao fechamento, produziu uma porcentagem de protusão de ombros um pouco mais elevada nos introvertidos do que nos extrovertidos.

Nos resultados referentes à coluna vertebral vista de perfil é interessante frisar que a cifose torácica acentuada é

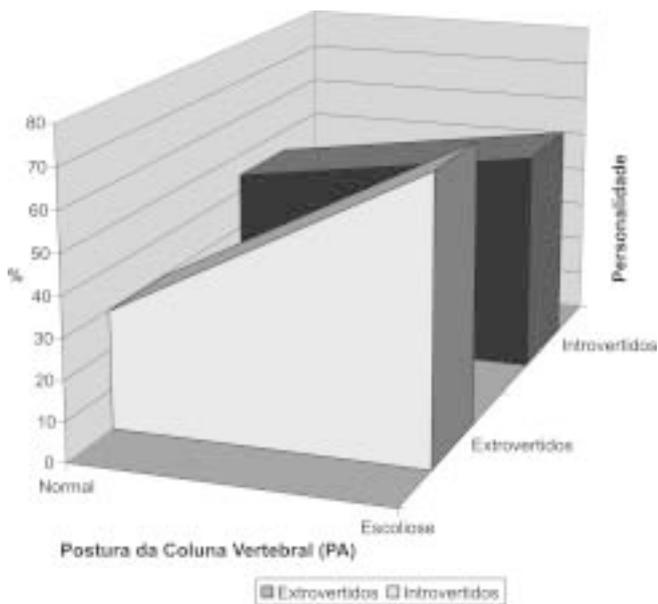
Figura 4 - Relação entre postura de coluna vertebral (perfil) e tipo de personalidade.



freqüente (entre 50%) nos dois tipos psicológicos. Os dados referentes à hiperlordose lombar e retificação lombar foram semelhantes em ambos tipos de personalidade. A porcentagem de retificação torácica foi maior nos introvertidos. Os valores referentes à taxa de normalidade, hiperlordose cervical e retificação cervical foram superiores nos extrovertidos. (Figura 4).

Nos dados alcançados pela avaliação da coluna vertebral vista em posição pósterio-anterior, percebe-se que a escoliose foi maior nos tipos extrovertidos (70,3%), enquanto que o parâmetro normal da coluna vertebral na posição pósterio-ânterior foi maior nos tipos introvertidos (44,4%). Entretanto, mais de metade de ambos tipos psicológicos apresentaram postura alterada da coluna vertebral no plano coronal (Figura 5).

Figura 5 - Relação entre postura da coluna vertebral (PA) e tipos de personalidade.



Em relação à estática pélvica, os introvertidos apresentaram levemente mais normalidade (66%), enquanto que os extrovertidos mostraram-se mais retrovertidos (48,1%). Nenhum deles possuiu anteversão (Tabela IV).

Observando os resultados referentes ao plano frontal do joelho, obteve-se o parâmetro normal mais freqüente nos introvertidos (77,7%). O valgismo foi encontrado somente nos extrovertidos (14,8%) e o varismo foi semelhante nos dois tipos (Tabela V).

Já no plano sagital, a normalidade foi semelhante em ambos, os joelhos semi-fletidos só foram encontrados nos extrovertidos (25,9%) e o *genu recurvatum* foi levemente maior nos introvertidos (44,4%) (Tabela V)

Os dados encontrados na patela mostram que a medialização foi mais freqüente nos extrovertidos (37% contra 11,1% dos introvertidos) e sua lateralização evidenciou-se nos introvertidos (33% contra 0% dos extrovertidos). A normalidade foi levemente superior nos extrovertidos (Tabela V).

Dennis-Struyf [4] comenta que a cadeia PL (tipo extrovertido) apresenta-se em rotação externa (R.E.) de MMII e a cadeia AL (tipo introvertido), ao contrário, mostra-se em rotação interna (R.I.) de MMII. Kapandji [12], diz que durante a R.I., o fêmur arrasta a patela para dentro. E, durante a R.E. produz-se o inverso, o fêmur arrasta a patela para fora.

Sendo assim, observa-se uma diferença entre os resultados encontrados e as referências bibliográficas. Além do que, o parâmetro postural patela possuiu um p de 0,0593, onde a significância estatística mais se aproximou a 0,05. Sugerindo, uma certa relação antagônica entre as variáveis estudadas.

Com relação aos resultados do arco longitudinal dos pés, a normalidade foi levemente superior nos introvertidos (88,8%) e o pé cavo mais freqüente nos extrovertidos (25,9%). Não foi encontrado pé chato em ambos (Tabela VI).

Os dados referentes ao retropé assemelharam-se nos dois tipos psicológicos. Apresentando normalidade pouco acima de 40%, valgismo levemente superior a 30% e varismo entre 20% (Tabela VI).

Tabela IV - Relação entre tipos de personalidade e postura pélvica.

Pelve	Introvertidos	Extrovertidos
Normal	6 (66,6%)	14 (51,8%)
Antevertida	0 (0%)	0 (0%)
Retrovertida	3 (33,3%)	13 (48,1%)
Total	9 (100%)	27 (100%)

Tabela V - Relação entre tipos de personalidade e postura dos joelhos e patelas.

Joelhos (AP)	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	7 (77,7%)	16 (59,2%)
Valgo	0 (0%)	4 (14,8%)
Varo	2 (22,2%)	7 (25,9%)
Total	9 (100%)	27 (100%)
Joelhos (Perfil)	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	5 (55,5%)	13 (48,1%)
Semi-fletidos	0 (0%)	7 (25,9%)
Recurvados	4 (44,4%)	7 (25,9%)
Total	9 (100%)	27 (100%)
PATELAS	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	5 (55,5%)	17 (62,9%)
Mediais	1 (11,1%)	10 (37%)
Laterais	3 (33,3%)	0 (0%)
Total	9 (100%)	27 (100%)

Tabela VI - Relação entre tipos de personalidade e postura podálica.

Pés (Arco Long.)	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	8 (88,8%)	20 (74%)
Chato	0 (0%)	0 (0%)
Cavo	1 (11,1%)	7 (25,9%)
Total	9 (100%)	27 (100%)
Pés (Retropé)	Introvertidos	Extrovertidos
Normais	4 (44,4%)	13 (48,1%)
Valgo	3 (33,3%)	9 (33,3%)
Varo	2 (22,2%)	5 (18,5%)
Total	9 (100%)	27 (100%)

Conclusão

Pelos resultados apresentados, observa-se que a influência psicológica evidenciada no padrão postural não ocorreu tanto quanto o esperado. Os dados obtidos mostram que a frequência de indivíduos com cabeça anteriorizada e ombros protusos é maior nos introvertidos, embora eles também apareçam nos extrovertidos. Esse resultado parece demonstrar a predominância da cadeia AL nos introvertidos.

Com base nos dados que se relacionam com a hipótese nula, onde não há influência da personalidade na postura, pode-se dizer que, de forma geral, o fator psicológico não foi bastante capaz de alterar a constituição física. De acordo com Keleman [3] e Vayer [13], a genética, além da personalidade, é um fator importante na configuração da forma corporal.

Além disso, é importante frisar que o acréscimo do tipo mediano à tipologia junguiana extrovertida e introvertida se deu com objetivos de classificação e melhor definição

psicológica. Assim, os tipos gerais ficaram como extremos de personalidade, caracterizados teoricamente pela predominância das cadeias AL (introvertida) e PL (extrovertida) [4]. Desse modo, os tipos medianos possuem características de ambas as personalidades junguianas. Supunha-se que, dessa maneira, os medianos teriam um parâmetro postural mais próximo da normalidade, o que não foi encontrado. Provavelmente pela confirmação da hipótese nula.

Como sugestão para um outro trabalho, propõe-se que a análise da personalidade seja realizada por um psicólogo e a avaliação da postura seja analisada por critérios menos subjetivos, como digitalização de fotos, propiciando uma abordagem mais aprofundada à avaliação.

É desejo do autor que, com essa pesquisa, a idéia de unicidade e globalidade [2-8], onde mente e corpo funcionam em uníssono, se tornem mais evidentes. Mesmo com resultados pouco expressivos, mas que induzem uma certa relação entre personalidade e postura, a noção do indivíduo como unidade é interessante para uma visão mais abrangente do ser humano.

Referências

1. Jung CG. Tipos psicológicos. 9ª ed. Rio de Janeiro: Zahar; 1967.
2. Lowen A. O corpo em terapia: a abordagem bioenergética. 4ª ed. São Paulo: Summus; 1977.
3. Keleman S. Anatomia emocional: a estrutura da experiência. São Paulo: Summus; 1992.
4. Denys-Struyf G. Cadeias musculares e articulares: O método GDS. São Paulo: Summus; 1995.
5. Kurtz R, Presteria H. O corpo revela. 2ª ed. São Paulo: Summus; 1989.
6. Bergès J. Os gestos e a personalidade. Rio de Janeiro: Civilização brasileira; 1972.
7. Weil P, Tompakow R. O corpo fala. 41ª ed. Rio de Janeiro: Vozes; 1997.
8. Deitos F et al. Diálogo corporal. Santa Maria: A Kaza do Zé; 1997.
9. Adams RC et al. Jogos, esportes e exercícios para o deficiente físico. 3ª ed. São Paulo: Manole; 1985. p.181-3
10. Justo H. Somos diferentes. Porto Alegre: S. Antônio; 1976. p. 276-7
11. Kendall FP et al. Músculos: provas e funções. 4ª ed. São Paulo: Manole; 1995.
12. Kapandji IA. Fisiologia articular. 2ª ed. São Paulo: Manole; 1980.
13. Vayer P. O Equilíbrio corporal: uma abordagem dinâmica dos problemas da atitude e do comportamento. Porto Alegre: Artes Médicas; 1984. ■