

**AVALIAÇÃO POSTURAL E FLEXIBILIDADE DE CRIANÇAS
ESCOLARES NO MUNICÍPIO DE BATATAIS
EVALUATION OF THE POSTURE AND FLEXIBILITY OF SCHOOL
CHILDREN'S IN THE CITY OF BATATAIS**

Gabriela R. Assis, Gabriel P. da Silva, Edson D. Verri, Bruno Ferreira
Departamento de Fisioterapia – Centro Universitário UNIFAFIBE – Bebedouro
(SP)

RESUMO

Este estudo tem a finalidade de avaliar a postura e flexibilidade de crianças escolares e compara-las entre os gêneros. Participaram deste estudo 422 crianças de ambos os gêneros com idade entre 5 a 6 anos das escolas municipais de Batatais que foram divididos em dois grupos. Todas as crianças foram submetidas às avaliações: postural pela escala de New York e flexibilidade da cadeia posterior. Pode-se verificar semelhança entre a postura de ambos os gêneros. O G2 apresentou maior flexibilidade de cadeia posterior. Ambos os grupos apresentaram uma baixa flexibilidade de cadeia posterior e coluna lombar. Verifica-se semelhança nos valores, entretanto o gênero masculino apresentou-se mais comprometido na cadeia posterior.

Palavras Chave: Avaliação postural, Flexibilidade, Crianças escolares

ABSTRACT

This study aims to evaluate the posture and flexibility of schoolchildren and compares them between genders. The study included 422 children of both sexes with ages between 5 and 6 years of high schools of Batatais and they were divided into two groups. All children were subjected to evaluations: postural scale by New York and flexibility of the posterior chain. There is similarity between the stance of both genders. The G2 showed greater flexibility of the posterior chain. Both groups had a low posterior chain flexibility and in the lumbar spine. There is similarity in values, however the males appeared more committed in the posterior chain.

Keywords: Postural Assessment, Flexibility, schoolchildren

INTRODUÇÃO

A postura corporal remete a uma preocupação crescente, principalmente no estilo de vida a que são submetidas no cotidiano moderno. A postura corporal é influenciada pela flexibilidade, tendo em vista que a liberdade do movimento permite um melhor posicionamento das articulações e promove melhor eficiência do movimento (WILLIAN e SANDERES, 2003). Em crianças, variações posturais são comumente encontradas no período do crescimento e desenvolvimento. Portanto, o comportamento postural da criança durante os primeiros anos escolares é o grande responsável pelos vícios posturais adquiridos (OBERG et al, 2009).

Os escolares são mantidos em salas de aulas, muitas vezes em posições incômodas e inadequadas, por longos períodos no transcorrer dos dias que se refletem há anos que desencadeiam alterações posturais não saudáveis (SCHIMIDT e BANKOFF, 2008). Os problemas posturas estão relacionados com o período da infância, principalmente na região da coluna vertebral, e podem ser desencadeados por traumatismo, fatores emocionais, socioculturais e hereditários, ou ainda, por indumentária inadequada (FARIAS et al, 1998). A postura é uma atitude corporal importante para que o centro de massa seja distribuído dentro da base de suporte desenvolvendo adaptações posturais em resposta a estímulos que tentem a deslocar o centro. A postura correta é considerada quando o corpo humano apresenta equilíbrio no sistema musculoesquelético, protegendo as estruturas de sustentação do corpo em relação a lesões ou deformidades progressivas(PINTO E LOPES, 2002). Posturas inadequadas adotadas por crianças, em casa e na escola, levam a um desequilíbrio na musculatura do corpo, produzindo alterações posturais. Entre as deformidades que podem ocorrer na coluna vertebral estão hipercifose, costas planas (perda da curvatura fisiológica da coluna vertebral), hiperlordose e escoliose (PENHA e JOÃO, 2008).

OBJETIVOS

Avaliar a postura e flexibilidade de crianças escolares do município de Batatais e compara-las entre os gêneros.

MATERIAS E METODOS

Participaram deste estudo 422 crianças de ambos os gêneros com idade entre 5 a 6 anos das escolas municipais de Batatais que foram divididos em dois grupos: Grupo I – Masculino (G1) constituído de 211 crianças saudáveis; Grupo II – Feminino (G2) constituído de 211 crianças também saudáveis. Como critério de exclusão, crianças que apresentavam alterações posturais prévias, diagnosticadas clinicamente eram descartadas deste estudo. Todas as crianças foram submetidas às avaliações: postural pela escala de New York e flexibilidade da cadeia posterior (Shober, Stibor e banco de Wells). Para tanto as crianças apresentavam-se sem sapatos e com o uniforme escolar leve. Este trabalho foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisa do Centro Universitário Claretiano de Batatais (nº 12/2010) e todos os responsáveis pelas crianças anuíram o “Termo de Consentimento Livre e Esclarecido”, conforme a resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde- CNS. Os valores finais de ambas as avaliações foram analisados estatisticamente pelo programa SPSS versão 19.0 (SPSS Inc.; Chicago, IL, USA) pelo teste t ($p \leq 0,05$).

RESULTADOS

Pode-se verificar semelhança entre a postura de ambos os gêneros. O G2 apresentou maior flexibilidade de cadeia posterior (Tabela 1). Ambos os grupos apresentaram uma baixa flexibilidade de cadeia posterior e coluna lombar. Os dados do banco de Wells e Stibor são estatisticamente significantes ($p \leq 0,05$).

Tabela 1. Médias das avaliações (New York, Banco de Wells, Stibor, Shober e terceiro dedo) propostas para os grupos analisados (Homem e Mulher), com erro padrão e teste *t*.

Avaliação	Grupos	<i>P</i>	Média	Desvio Padrão
New York	G1	0,19	52,09 ^{ns}	±0,27
	G2		51,58 ^{ns}	±0,28
Banco de Wells	G1	0,00	18,48 ^{**}	±0,28
	G2		20,20 ^{**}	±0,29
Shober	G1	0,37	3,37 ^{ns}	±0,08
	G2		3,48 ^{ns}	±0,09
Stibor	G1	0,00	13,04 ^{**}	±0,07
	G2		13,44 ^{**}	±0,09
3º Dedo ao Solo	G1	0,87	2,14 ^{ns}	±0,33
	G2		2,06 ^{ns}	±0,32

^{ns} Não Significante ($p \leq 0,05$)

^{**} Significante para $p < 0,01$

DISCUSSÃO

Os resultados encontrados neste estudo estão de acordo com Fernandes (2003) onde demonstra que as posturas inadequadas que as crianças desenvolvem durante o período escolar são ocasionadas pela vulnerabilidade das situações em que se encontram, fazem com que a incidência dessa deformidade seja bastante significativa. Este estudo corrobora com Phelip et al. (1994), em que descreveu que crianças com 12,8 anos de idade, em média, apresentam dores específicas na região lombar, advindas de maneiras erradas de sentar durante o período de aula, ou diante da televisão e do esforço em conduzir mochila.

Fornazari (2005), em estudos avaliou a postura de escolares entre cinco e quinze anos de idade e detectou que 26% dos indivíduos avaliados apresentaram postura escoliônica em ambos os gêneros, desencadeada pela permanência em posturas inadequadas por longos períodos, estes resultados se assemelham com os resultados do presente estudo, onde crianças de ambos os gêneros apresentaram alterações posturais devido a permanência em posturas inadequadas por longos períodos.

CONCLUSÃO

Conclui-se que as crianças apresentaram uma semelhança nos valores, entretanto o gênero masculino apresentou-se mais comprometido na cadeia posterior. Pode-se notar diminuição da flexibilidade da coluna lombar e membros inferiores em ambos os grupos, sendo um fator preocupante, pois alterações posturais na fase de crescimento podem perpetuar-se pela fase adulta.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

FORNAZARI, L. P. Prevalência de postura escoliótica em escolares de duas escolas de ensino fundamental do município de Guarapuava – PR **Dissertação. Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo**. Ribeirão Preto. p 84, 2005.

SANTOS, C. I. S.; CUNHA, A. B. N.; BRAGA, V. P.; SAAD, I. A. B.; RIBEIRO, M. A. G. O.; CONTI, P. B. M.; OBERG, T. D. Ocorrência de desvios posturais em escolares do ensino público fundamental de Jaguariúna, São Paulo. **Revista paulista de pediatria**. v.27, n.1, p.74-80, 2009.

SANTOS SG.; ALMEIDA CR.; PIZZOL DRD.; PINGUELLI DO.; UEM PD.; , ALMEIDA EC.; STOCCO FA.; FAVERO G.; MOREIRA MC.; FARIAS MN ET AL. Educação postural mediante um trabalho teórico. **Revista brasileira de atividade física de saúde**. 1998 ;v 3, n. 2, p.32-34.

SCHIMIDT A.; BANKOFF ADP. Postura Corporal de Escolares. In: **XXIII Simpósio Internacional de Ciências do Esporte São Paulo**. 2000: p142 – Resumo, 2008 Disponível em: <http://www.unicamp.br/fef/laboratorios/lap/pesquisas/publicacoes/postura>.

TROUSSIER B.; DAVOINE P.; DE GAUDEMARIS R.; FAUCONNIER J.; PHELIP X. **Scandinavian journal of rehabilitation medicine**, v.26, n.3, p.143-6, set. 1994.

PENHA, P. J.; JOÃO, S. M. A. Avaliação da flexibilidade muscular entre meninos e meninas de 7 e 8 anos. **Fisioterapia e pesquisa**, v.15, n.4, p.387-391, out./dez. 2008.

PINTO HHC.; LÓPES RFA. Problemas posturais em alunos do Centro de Ensino Médio 01 Paranoá - Brasília DF. **Revista digital buenos aires**, 2008. Disponível em URL: <http://www.efdeportes.com/efd51/pie.htm>, acesso em 3 set 2002.

WILLIAN, WB.; SANDERES B. **Exercício fisioterapêutico: técnicas para intervenção**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.