



## 10º Seminário de Extensão

### TRIAGEM DE ALTERAÇÕES POSTURAS EM ESCOLARES DA REDE PÚBLICA DE ENSINO DE PIRACICABA.

#### Autor(es)

---

PAULA SPANOPOULOS PEREZ

#### Orientador(es)

---

MARCO CESAR SOMAZZ

#### Apoio Financeiro

---

FAE/UNIMEP

#### 1. Introdução

---

A coluna vertebral é constituída por trinta e três vértebras, formando um eixo ósseo que é responsável pela sustentação do nosso corpo e pela flexibilidade dos movimentos. Entre os corpos vertebrais há o disco intervertebral, que é “depressível, capaz de absorver os aumentos de pressão numa súbita sobrecarga da coluna e conferir mobilidade entre vértebras adjacentes”. (Dangelo e Fattini, 2007). Segundo esse mesmo autor, a coluna é dividida em quatro regiões (cervical, torácica, lombar e sacro-coccígea) e, vista lateralmente, nota-se curvaturas que são consideradas fisiológicas do corpo humano, sendo elas as cifoses torácica e sacro-coccígea e as lordoses cervical e lombar. O aumento dessas curvas representa quadros patológicos chamados hiperlordose e hiper cifose. Quando não se resume ao aumento de uma curvatura, mas sim a um desvio lateral da coluna vertebral, chamamos de escoliose, que é considerada a mais grave e tem origem idiopática. Porém, todas elas, quando diagnosticadas precocemente, há possibilidade de evitar a progressão do quadro com o tratamento adequado.

“Programa de triagem em escolares para detecção, prevenção e orientação em alterações posturais” trata-se de um projeto que visita escolas estaduais da rede pública de ensino de Piracicaba a fim de triar indivíduos com alterações posturais, orientar e encaminhar para tratamento. Desta forma, atua precocemente na detecção de problemas na coluna vertebral.

#### 2. Objetivos

---

Dentre os objetivos deste projeto, destaca-se a intervenção preventiva sobre alterações posturais em alunos do ensino fundamental. Procurou-se também avaliar a postura e triar casos suspeitos em suas fases iniciais, assim como prestar orientações aos pais e alunos sobre a conduta mais adequada para cada caso. Com relação à extensão, o programa procura estimular a consciência social e política dos discentes através da vivência com a realidade da população e, dessa forma, esclarecer dúvidas sobre os problemas encontrados e desenvolver formas de solucioná-los.

### 3. Desenvolvimento

---

Durante o período de agosto de 2007 a julho de 2008, as escolas contempladas foram: “E.E. Olívia Bianco” e “E.E. Eudir Benedicto Scarpari” e o público alvo eram alunos com idades entre oito e quinze anos.

Inicialmente, todos os alunos assistiam a palestras educativas que informavam sobre a morfologia da coluna vertebral e suas principais alterações. Além disso, recebiam em folders explicativos sobre as posturas adequadas para se adotar nas mais diversas tarefas do dia-a-dia. Logo após, um termo de consentimento era distribuído com a finalidade de informar os objetivos e condutas do projeto e para que os pais ou responsáveis autorizassem a participação ou não do filho no projeto.

Após as palestras e com os termos de consentimento assinados, passava-se para o exame físico, no qual o aluno, sem calçado e em trajes de banho, permanecia posicionado à frente de um simetrógrafo e posteriormente ao fio de prumo. Utilizava-se uma ficha padrão e o indivíduo era avaliado nas vistas anterior, lateral e posterior e em inclinação anterior. Ao término das avaliações posturais, os pais cujos filhos apresentaram alguma alteração na coluna eram convocados para uma reunião a fim de esclarecimentos e orientações. Nos casos com suspeita de escoliose, um pedido de radiografia era feito para posterior análise e confirmação do diagnóstico que, quando positivo, era encaminhado para tratamento.

### 4. Resultado e Discussão

---

No período de um ano, seiscentos e dezesseis alunos foram avaliados nas escolas citadas anteriormente. Destes, trezentos e cinquenta e dois foram considerados normais e duzentos e sessenta e quatro apresentavam alguma alteração. As que tiveram maior frequência foram as hiperlordoses, com cento e trinta e um casos, seguidas pela má postura com setenta e oito e hipercifoses com trinta e oito. As demais alterações referem-se às suspeitas de escoliose (nove casos) e patologias associadas com oito.

Na hiperlordose, de acordo com KENDALL (1995), ocorre a hiperextensão da coluna lombar e a pelve encontra-se em inclinação anterior. Porém, essa alteração pode ser considerada normal até os doze anos de idade. Depois disso, tende a diminuir e, quando essa estabilização não ocorre, é considerada uma patologia. Dessa forma, as 128 hiperlordoses encontradas nos alunos que apresentavam idades entre sete e doze anos não geraram preocupações. Os três indivíduos que estavam acima dos 12 anos foram devidamente orientados. Já as hipercifoses, caracterizam-se por um aumento da cifose torácica e protrusão dos ombros, uma postura geralmente adotada pelos adolescentes, mas que pode, na maioria dos casos, ser considerada benigna.

A escoliose, segundo Defino e Araújo (2004), “é uma deformidade tridimensional complexa do tronco, destacando-se o seu desvio lateral e a rotação dos corpos vertebrais entre os vários componentes patológicos da deformidade”. Pode ser classificada em funcional ou estrutural (MIRANDA, 2000). A funcional é menos rígida e mais fácil de ser tratada, pois não provoca a rotação das vértebras. Essa rotação ocorre na

escoliose estrutural, sendo, então, mais grave e muito difícil de ser revertida. O diagnóstico é feito através do exame radiológico, no qual se faz a medida da angulação da curva escoliótica. Dos nove casos com encaminhamento para radiografia, apenas quatro realizaram o exame. Desses, três escolioses foram consideradas funcionais e 1 era estrutural. A partir daí, os casos eram encaminhados para tratamento.

Observou-se que os alunos carregam muito peso devido à quantidade de material escolar que têm que transportar de suas casas até a escola. Problema é que nem sempre isso é feito da maneira correta, gerando a má postura e podendo acarretar episódios álgicos e alterações na coluna vertebral. A boa postura é considerada por KENDALL (1995) como “um bom hábito que contribui para o bem-estar do indivíduo” e, portanto, é muito importante obter conscientização sobre isso, o que, nesse caso, era feito através de orientações individuais e palestras. Essas, com o uso de cartazes educativos e em folders explicativos, tornavam-se mais interessantes e davam a possibilidade de o aluno interagir com o assunto. Para BRACCIALLI e VILARTA (2000) “a preocupação com a educação postural poderia fazer parte dos objetivos de aula de todo profissional da educação”, ou seja, “estimulem a exploração do corpo, evitar sobrecarga posturais desnecessárias e adaptar mobiliário e ambiente às necessidades de cada indivíduo durante as atividades na escola”.

## 5. Considerações Finais

---

Os resultados mostram que há necessidade de programas de triagem em alterações posturais nas escolas, pois há um alto índice de ocorrência. Com a detecção precoce, evitam-se uma série de problemas futuros, além de proporcionar a possibilidade de melhorar a qualidade de vida. Porém, sabe-se também que a população alvo desse projeto tem um menor acesso à saúde e principalmente a programas de prevenção. Conclui-se, então, que além de procurar métodos eficazes para tratar as alterações posturais, há de se preocupar primeiramente com a prevenção das mesmas. A experiência de trabalhar com a comunidade externa e de aplicar a teoria na prática é de fundamental importância para que o discente acrescente conhecimentos não só técnicos à sua formação, mas também no que diz respeito aos reais problemas de uma parcela da população.

## Referências Bibliográficas

---

- I. Vertebral rotation and pedicle length asymmetry in the normal adult spine. **Eur Spine** 4: 95-97, 1995.
- KENDALL, F.B. et al. *Músculos Provas e Funções*, 4ª ed, São Paulo, Ed. Manole Ltda, p.70-132, 1995.
- MIRANDA, E. *Bases da Anatomia e da Cinesiologia*, Rio de Janeiro, Sprint, 2000.