



REVISTA PAULISTA DE PEDIATRIA

www.spsp.org.br



ARTIGO ORIGINAL

Influência da flexibilidade e sexo na postura de escolares[☆]

Jerusa Jordão Coelho^{a,*}, Maylli Daiani Graciosa^a, Daiane Lazzeri de Medeiros^a,
Sheila Cristina da Silva Pacheco^a, Leticia Miranda Resende da Costa^b,
Lilian Gerdi Kittel Ries^a

^a Universidade do Estado de Santa Catarina (UDESC), Florianópolis, SC, Brasil

^b Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), Porto Alegre, RS, Brasil

Recebido em 26 de novembro de 2013; aceito em 5 de março de 2014

PALAVRAS-CHAVE

Amplitude do movimento articular;
Sexo;
Postura;
Criança;
Adolescente

Resumo

Objetivo: Verificar se a flexibilidade e o sexo exercem influência sobre a postura de escolares.

Método: Foram avaliados 60 escolares de ambos os sexos, com idade entre 5 e 14 anos, divididos em dois grupos: flexibilidade normal (n=21) e flexibilidade reduzida (n=39). A flexibilidade e a postura foram avaliadas, respectivamente, por meio da fotogrametria e do teste de elevação dos membros inferiores em extensão, considerando o ângulo da perna e a avaliação postural. Para o tratamento de dados, foi feita a estatística descritiva (média e desvio padrão). A análise de variância univariada (ANOVA) foi utilizada para verificar a influência conjunta dos fatores flexibilidade e sexo nas variáveis dependentes posturais. Após verificar efeito interativo entre esses dois fatores, procederam-se as comparações múltiplas, utilizando o teste *t*.

Resultados: A variável flexibilidade exerceu efeito sobre o ângulo de simetria do joelho ($p<0,05$) e da inclinação corporal ântero-posterior ($p<0,05$). O sexo não apresentou influência sobre os ângulos posturais ($p>0,05$). Houve interação entre as variáveis flexibilidade e sexo no ângulo de simetria do joelho ($p<0,02$). Escolares do sexo masculino e flexibilidade reduzida apresentaram maior assimetria de joelho, comparados aos outros subgrupos.

Conclusão: A postura sofreu efeito isolado da variável flexibilidade e efeito interativo entre o sexo e a flexibilidade.

© 2014 Sociedade de Pediatria de São Paulo. Publicado por Elsevier Editora Ltda.

Este é um artigo Open Access sob a licença de [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

[☆]Estudo conduzido na Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis, SC, Brasil.

*Autor para correspondência.

E-mail: jerusa.jordao@hotmail.com (J.J. Coelho).

KEYWORDS

Range of articular motion;
Sex;
Posture;
Child;
Adolescent

Influence of flexibility and gender on the posture of school children**Abstract**

Objective: To evaluate whether flexibility and gender influence students' posture.

Method: Evaluation of 60 female and male students, aged 5 to 14 years, divided into two groups: normal flexibility (n=21) and reduced flexibility (n=39). Flexibility and posture were assessed by photogrammetry and by the elevation of the lower limbs in extension, considering the leg angle and the postural evaluation. Descriptive statistics (mean and standard deviation) were used for data analysis. Analysis of variance (ANOVA) was applied to assess the joint influence of flexibility and gender on the posture-dependent variables. After verifying an interactive effect between the variables of gender and flexibility, multiple comparisons using the t test were applied.

Results: Flexibility influenced the symmetry angle of the knee ($p<0.05$) and anteroposterior body tilt ($p<0.05$). Gender did not influence postural angles ($p>0.05$). There was an interactive effect between the variables of gender and flexibility on the knee symmetry angle ($p<0.02$). Male students with reduced flexibility had greater asymmetry of the knee when compared to the other subgroups.

Conclusion: Posture was influenced by an isolated effect of the variable of flexibility and by an interactive effect between gender and flexibility.

© 2014 Sociedade de Pediatria de São Paulo. Published by Elsevier Editora Ltda.

Este é um artigo Open Access sob a licença de [CC BY-NC-ND](#)

Introdução

A postura humana é decorrente da relação entre a gravidade e os membros do corpo,¹ podendo sofrer variações ao longo do tempo. As alterações comumente se iniciam durante a fase escolar, já que nesse período ocorrem o crescimento e o desenvolvimento corporais.²

Idade, sexo, peso da mochila, parâmetros antropométricos,³ posicionamento no computador,⁴ tempo de permanência sentado,⁵ diminuição da flexibilidade,⁶ e estilo de vida menos ativo⁷⁻⁹ são alguns dos fatores que geram desconfortos, alterações musculoesqueléticas, e influenciam a postura. Sabe-se que adolescentes escolares podem exibir escoliose, assimetrias corporais, desalinhamento da coluna vertebral¹⁰ e algias, que eventualmente têm consequências em longo prazo,¹¹ comprometendo clinicamente a saúde e influenciando a qualidade de vida adulta.

A prevenção de lesões musculoesqueléticas e a melhora do movimento e do desempenho muscular dependem da flexibilidade corporal.¹² A flexibilidade é definida como a mobilidade passiva do segmento corporal com restrição advinda da sua própria estrutura,¹³ a qual está intimamente ligada a extensibilidade dos músculos, amplitude articular e plasticidade de ligamentos e tendões.⁶ Quando há limitação destes, o organismo faz uma série de compensações, a fim de buscar uma resposta de adaptação a um conjunto de desarmonias,¹⁴ o que pode influenciar a postura adotada.

Além da flexibilidade,¹² o sexo também pode apresentar efeito sobre a postura, principalmente em alterações da coluna vertebral, como hiperlordose cervical e cifose torácica, em meninos,¹⁵ e hiperlordose lombar, em meninas.¹⁶ Em relação à influência do sexo sobre as alterações posturais em membros inferiores, a literatura é escassa. A maior parte das pesquisas que analisa a postura avalia ângulos que indicam rotações, valgismo ou varismo de joelhos e posicionamento de pelve.¹⁷⁻¹⁹ Entretanto, considera-se importante a análise

da simetria corporal, por fornecer subsídios clínicos para que as alterações posturais e de flexibilidade sejam trabalhadas de forma global. Clinicamente, o atendimento só é procurado quando as alterações de crianças e adolescentes já são visíveis. Por isso, faz-se necessária a triagem postural na saúde primária para identificar alterações, de forma a tornar a intervenção oportuna para minimizar e corrigir os comportamentos inadequados.¹⁰

Ao considerar a importância de se avaliar a postura em crianças e adolescentes, assim como identificar os fatores que causam alterações posturais, formulou-se a hipótese de que a flexibilidade e o sexo podem influenciar a postura adotada. Assim, o objetivo deste estudo é verificar se a flexibilidade e o sexo exercem influência sobre a postura de escolares.

Método

Estudo transversal com amostra intencional, realizado com 60 escolares do município de Florianópolis, Santa Catarina. Para caracterização da amostra foi utilizada uma ficha de anamnese contendo os dados da criança, como idade, medidas antropométricas (massa corporal e altura) e questões que abordavam os critérios de inclusão e exclusão deste estudo. Foram adotados como critérios de inclusão crianças e adolescentes em idade escolar, entre 5 e 14 anos, de ambos os sexos. Escolares com necessidades especiais, em tratamento ortopédico e/ou fisioterapêutico, ou presença de outras patologias associadas à postura ou à má formação congênita, foram excluídos do estudo.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade do Estado de Santa Catarina sob o parecer 165/2011. Os escolares só eram incluídos se os pais ou responsáveis concordassem e assinassem o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

Download English Version:

<https://daneshyari.com/en/article/4176047>

Download Persian Version:

<https://daneshyari.com/article/4176047>

[Daneshyari.com](https://daneshyari.com)