

Fundamentos e Práticas da Fisioterapia

Larissa Louise Campanholi
(Organizador)



 **Atena**
Editora

Ano 2018

LARISSA LOUISE CAMPANHOLI

(Organizadora)

Fundamentos e Práticas da Fisioterapia

Atena Editora
2018

2018 by Atena Editora

Copyright © da Atena Editora

Editora Chefe: Profª Drª Antonella Carvalho de Oliveira

Diagramação e Edição de Arte: Geraldo Alves e Natália Sandrini

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

Prof. Dr. Alan Mario Zuffo – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Álvaro Augusto de Borba Barreto – Universidade Federal de Pelotas
Prof. Dr. Antonio Carlos Frasson – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Antonio Isidro-Filho – Universidade de Brasília
Profª Drª Cristina Gaio – Universidade de Lisboa
Prof. Dr. Constantino Ribeiro de Oliveira Junior – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Daiane Garabeli Trojan – Universidade Norte do Paraná
Profª Drª Deusilene Souza Vieira Dall’Acqua – Universidade Federal de Rondônia
Prof. Dr. Eloi Rufato Junior – Universidade Tecnológica Federal do Paraná
Prof. Dr. Fábio Steiner – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul
Prof. Dr. Gianfábio Pimentel Franco – Universidade Federal de Santa Maria
Prof. Dr. Gilmei Fleck – Universidade Estadual do Oeste do Paraná
Profª Drª Girlene Santos de Souza – Universidade Federal do Recôncavo da Bahia
Profª Drª Ivone Goulart Lopes – Istituto Internazionale delle Figlie de Maria Ausiliatrice
Prof. Dr. Julio Candido de Meirelles Junior – Universidade Federal Fluminense
Prof. Dr. Jorge González Aguilera – Universidade Federal de Mato Grosso do Sul
Profª Drª Lina Maria Gonçalves – Universidade Federal do Tocantins
Profª Drª Natiéli Piovesan – Instituto Federal do Rio Grande do Norte
Profª Drª Paola Andressa Scortegagna – Universidade Estadual de Ponta Grossa
Profª Drª Raissa Rachel Salustriano da Silva Matos – Universidade Federal do Maranhão
Prof. Dr. Ronilson Freitas de Souza – Universidade do Estado do Pará
Prof. Dr. Takeshy Tachizawa – Faculdade de Campo Limpo Paulista
Prof. Dr. Urandi João Rodrigues Junior – Universidade Federal do Oeste do Pará
Prof. Dr. Valdemar Antonio Paffaro Junior – Universidade Federal de Alfenas
Profª Drª Vanessa Bordin Viera – Universidade Federal de Campina Grande
Prof. Dr. Willian Douglas Guilherme – Universidade Federal do Tocantins

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (eDOC BRASIL, Belo Horizonte/MG)

F981 Fundamentos e práticas da fisioterapia [recurso eletrônico] /
Organizadora Larissa Louise Campanholi. – Ponta Grossa (PR):
Atena Editora, 2018. – (Fundamentos e Práticas da Fisioterapia;
v. 1)

Formato: PDF
Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader
Modo de acesso: World Wide Web
Inclui bibliografia
ISBN 978-85-85107-49-9
DOI 10.22533/at.ed.499180110

1. Fisioterapia. I. Campanholi, Larissa Louise. CDD 615.82

Elaborado por Maurício Amormino Júnior – CRB6/2422

O conteúdo do livro e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

2018

Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

www.atenaeditora.com.br

APRESENTAÇÃO

A fisioterapia é uma ciência relativamente nova, pois foi reconhecida no Brasil como profissão no dia 13 de outubro de 1969. De lá para cá, muitos profissionais tem se destacado na publicação de estudos científicos, o que gera um melhor conhecimento para um tratamento mais eficaz.

Atualmente a fisioterapia tem tido grandes repercussões, sendo citada frequentemente nas mídias, demonstrando sua importância e relevância.

Há diversas especialidades, tais como: [Fisioterapia em Acupuntura](#), Aquática, Cardiovascular, Dermatofuncional, Esportiva, em Gerontologia, do Trabalho, Neurofuncional, em Oncologia, Respiratória, Traumato-ortopédica, em Osteopatia, em Quiropraxia, em Saúde da Mulher e em Terapia Intensiva.

O fisioterapeuta trabalha tanto na prevenção quanto no tratamento de doenças e lesões, empregando diversas técnicas como por exemplo, a cinesioterapia e a terapia manual, que tem como objetivo manter, restaurar ou desenvolver a capacidade física e funcional do paciente.

O bom profissional deve realizar conduta fisioterapêutica baseada em evidências científicas, ou seja, analisar o resultado dos estudos e aplicar em sua prática clínica.

Neste volume 1, apresentamos a você artigos científicos relacionados à educação em fisioterapia, fisioterapia dermatofuncional, oncologia, uroginecologia e saúde da mulher.

Boa leitura.

Larissa Louise Campanholi

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	1
IMPORTÂNCIA DA INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO ESCALPELAMENTO	
<i>Sacid Caderard Sá Feio</i>	
<i>Thaila Barbara de Sena Dias</i>	
<i>Thais de Sousa Lima</i>	
<i>Paula Maria Pereira Baraúna</i>	
<i>Charles Marcelo Santana Rodrigues</i>	
<i>Anneli Mercedes Celis de Cárdenas</i>	
CAPÍTULO 2	11
NOVOS CONCEITOS EM LASERTERAPIA	
<i>Eduardo Guirado Campoi</i>	
<i>Robson Felipe Tosta Lopes</i>	
<i>Henrique Guirado Campoi</i>	
<i>Veridiana Wanshi Arnoni</i>	
<i>Bruno Ferreira</i>	
CAPÍTULO 3	22
A DIFERENÇA DA MONITORIA ENTRE METODOLOGIAS ATIVA E TRADICIONAL NO CURSO DE FISIOTERAPIA - RELATO DE EXPERIÊNCIA	
<i>Alessandra Aglaise Melo dos Santos</i>	
<i>Maria Luciana de Barros Bastos</i>	
<i>Ana Carla de Sousa Aguiar</i>	
<i>Giulia Calandrini Pestana de Azevedo</i>	
<i>George Alberto da Silva Dias</i>	
CAPÍTULO 4	29
AS LINGUAGENS ARTÍSTICAS COMO FACILITADORAS DO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM DA ANATOMOFISIOLOGIA DO SISTEMA CARDIOVASCULAR	
<i>Karine do Nascimento Azevedo</i>	
<i>Jaciana Salazar da Silva</i>	
<i>Rafaela de Oliveira Pereira</i>	
<i>Clarissa Cotrim dos Anjos</i>	
<i>Renata Sampaio Rodrigues Soutinho</i>	
<i>Angelo Roncalli Miranda Rocha</i>	
CAPÍTULO 5	40
AS LINGUAGENS ARTÍSTICAS COMO FACILITADORAS DO PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM DA SÍNDROME DE GUILLAIN-BARRÉ – RELATO DE EXPERIÊNCIA	
<i>Bárbara Carolina Bezerra Duarte</i>	
<i>Clevya Attamyres dos Santos Borges</i>	
<i>Renata Sampaio Rodrigues Soutinho</i>	
<i>José Erickson Rodrigues</i>	
<i>Maria do Desterro da Costa e Silva</i>	
<i>Clarissa Cotrim dos Anjos</i>	
CAPÍTULO 6	45
AVALIAÇÃO DE CARGA DE TRABALHO EM ALUNOS DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA: UM ESTUDO EXPLORATÓRIO	
<i>Kálita Brito Fernandes</i>	
<i>Gabriela Ferreira Lopes</i>	
<i>Bruno Cassaniga Mineiro</i>	
<i>Alessandra Fernandes Soares</i>	
<i>Lisandra de Oliveira Carrilho</i>	

Tatiana Cecagno Galvan

CAPÍTULO 7 61

REFLEXÕES DECORRENTES DE UM PROJETO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA NO CURSO DE FISIOTERAPIA E A IMPORTÂNCIA DE SER BOLSISTA DURANTE A GRADUAÇÃO - RELATO DE EXPERIÊNCIA

Andriéli Aparecida Salbego Lançanova

Tânia Regina Warpechowski

Samuel Vargas Munhoz

Ana Helena Braga Pires

CAPÍTULO 8 67

SAÚDE E PREVENÇÃO EM ALUNOS DE ESCOLA PÚBLICA

Bruno Cassaniga Mineiro

Andressa Schenkel Spitznagel

Dyovana Silva dos Santos

Tatiana Cecagno Galvan

CAPÍTULO 9 77

SEMIOLOGIA FISIOTERAPÊUTICA: VIVÊNCIAS DOS PACIENTES E PROFISSIONAIS

Maria Amélia Bagatini

Larissa Oliveira Spidro

Lisandra de Oliveira Carrilho

Tatiana Cecagno Galvan

CAPÍTULO 10 88

QUALIDADE DE VIDA, STATUS DE PERFORMANCE E FADIGA EM PACIENTES ONCOLÓGICOS

Simara Aparecida Peter

Carla Wouters Franco Rockenbach

Caroline Borghetti da Rosa

Cláudia Ranzi

CAPÍTULO 11 96

A ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA: REVISÃO SISTEMÁTICA

Gizele Brito da Silva

Brenda Stefany de Campos Chaves

Flávia do Egito Araújo

Tereza Cristina dos Reis Ferreira

CAPÍTULO 12 106

FISIOTERAPIA PÉLVICA NO PUERPÉRIO IMEDIATO - ESTUDO DE CASOS

Emanuele Farencena Franchi

Laura Rahmeier

CAPÍTULO 13 116

O IMPACTO DO DIAGNÓSTICO CLÍNICO DE MICROCEFALIA, NO COTIDIANO DE GENITORAS INFECTADAS POR ZIKA VÍRUS DURANTE A GRAVIDEZ

Ana Karolina Neves de Oliveira

Mirela Silva dos Anjos

Brenda Karoline Farias Diógenes

Jardênia Figueiredo dos Santos

Kaline Dantas Magalhães

Carla Ismirna Santos Alves

CAPÍTULO 14 125

OFICINA DE SHANTALA PARA GRUPO DE PAIS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Amanda Franciele Valandro

*Débora Killes Firme
Jênifer Aline Cemim
Jéssica Cardoso Steyer
Vanessa Pacheco Ramos
Éder Kroeff Cardoso*

CAPÍTULO 15..... 136

PREVENÇÃO PRIMÁRIA: EPIDEMIOLOGIA DO HIV EM TRAMANDAÍ E REGIÃO

*Nandara Fagundes Rodrigues
Mariele Rosca Da Silva
Tatiana Cecagno Galvan*

CAPÍTULO 16..... 144

PRIMEIRÍSSIMA INFÂNCIA E O PROGRAMA SÃO PAULO PELA PRIMEIRÍSSIMA INFÂNCIA-UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

*Daniela Felix
Franciely Martins
Laila Felipe
Leonice dos Reis
Laura C. Pereira Maia*

CAPÍTULO 17..... 150

RELAÇÃO SEXUAL E ZIKA VÍRUS, A POSSÍVEL ANALOGIA ENTRE A TRANSMISSÃO E A INFECÇÃO: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

*Mirela Silva dos Anjos
Brenda Karoline Farias Diógenes
Jardênia Figueiredo dos Santos
Kaline Dantas Magalhães
Carla Ismirna Santos Alves*

SOBRE A ORGANIZADORA..... 158

SAÚDE E PREVENÇÃO EM ALUNOS DE ESCOLA PÚBLICA

Bruno Cassaniga Mineiro

Centro Universitário Cenecista de Osório –
UNICNEC

Osório – Rio Grande do Sul

Andressa Schenkel Spitznagel

Centro Universitário Cenecista de Osório –
UNICNEC

Osório – Rio Grande do Sul

Dyovana Silva dos Santos

Centro Universitário Cenecista de Osório –
UNICNEC

Osório – Rio Grande do Sul

Tatiana Cecagno Galvan

Centro Universitário Cenecista de Osório –
UNICNEC

Osório – Rio Grande do Sul

Resumo: Considerando que crianças e adolescentes estão em período de formação física e mental, e que conseqüentemente podem prejudicar-se ao não reconhecer os riscos e formas de prevenir sua saúde, o objetivo deste estudo foi demonstrar e explicar a influência da fisioterapia preventiva e da ergonomia sobre o cotidiano e a rotina de crianças e adolescentes no ambiente escolar, em relação ao seu desenvolvimento cinesiológico, psicomotor e principalmente postural. A pesquisa dividiu-se em três etapas, partindo de pesquisa bibliográfica em livros, monografias e artigos,

relacionados com o objetivo da pesquisa. Em seguida foi elaborada palestra informativa com o material pesquisado, tendo como público alvo os alunos. Por fim, explanou-se a palestra na escola pública, finalizando com entrega de dois questionamentos sobre a utilidade e a importância do assunto para o público alvo e um espaço para comentários livres. Totalizou-se 42 respostas válidas (não respondidas duplamente). Quando questionados sobre a utilidade da palestra, a maioria descreveu como muito útil (69,1%), seguindo por razoável (23,8%). Com relação a importância da palestra, a menor parte considerou pouco importante (2,4%), enquanto muito importante (69,1%) foi a resposta mais citada. Com relação aos comentários, a maioria não deu resposta (73,8%), porém dos 26,2% que comentaram, o fizeram com considerações positivas (16,7%). A presente pesquisa buscou expandir o conhecimento sobre fisioterapia preventiva e a ergonomia em alunos. Observou-se que o público alvo possui interesse sobre o assunto e considera-o importante para sua saúde. Pesquisas como esta representam um início no aspecto de prevenção em saúde.

PALAVRAS CHAVE: Fisioterapia preventiva. Ergonomia. Crianças. Postura. Saúde.

ABSTRACT: Considering that children and adolescents are in a period of physical and mental

training and that consequently can be harmed by not recognizing the risks and ways to maintain their health, the objective of this study was to demonstrate and explain the influence of preventive physiotherapy and ergonomics on their day-a-day in the school environment and the routine of children and adolescents in the school environment, in relation to their kinesiological, psychomotor and mainly postural development. The research was divided in three stages, starting from bibliographical research in books, monographs and articles, related to the objective of the research. Next, an informative lecture was elaborated with the research material, targeting the students. Finally, the lecture was explained at the presented to the students, concluding with two questions about the usefulness and importance of the subject for the target audience and a space for free comments. A total of 42 valid answers (not doubly answered) were obtained. When questioned about the usefulness of the lecture's usefulness the most of the people described as very useful (69.1%), followed by reasonable (23.8%). About the importance of the lecture, the smallest part considered it to be minor (2.4%), while very important (69.1%) was the most cited answer. Regarding the comments, most did not respond (73.8%), but of the 26.2% who commented, they did so with positive considerations (16.7%). The present research sought to expand knowledge about preventive physiotherapy and ergonomics in students. It was noticed that the target audience has an interest in (on) the subject and considers it important for their health. Researches as such as this represent a beginning in the health prevention aspect.

KEYWORDS: Preventive physiotherapy. Ergonomics. Children. Posture. Cheers.

1 | INTRODUÇÃO

O corpo humano é composto por sistemas. A junção destes sistemas é responsável por produzir funções complexas de por exemplo, se locomover, manter posturas como permanecer sentado ou em ortostase por um determinado período. Para que essas atividades sejam realizadas, necessita-se que, em primeiro lugar, mantenhamos essas estruturas em um bom estado geral e para isso, devemos adquirir atitudes preventivas, evitando assim, a instalação de desordens nestes sistemas, incluindo o sistema musculoesquelético (DUTTON, 2010).

O sistema musculoesquelético tem como uma de suas funções, manter posturas estáticas ou dinâmicas durante os períodos do dia, inclusive enquanto dormimos. Para manter postura ideal, é necessário que todas as estruturas do organismo como ligamentos, tendões, musculatura, estruturas ósseas e também as articulações possam suportar longos períodos em uma determinada posição estática, sem um gasto energético excessivo e, também, não gerando incômodo para o indivíduo (SANTOS et al, 2009).

Além de fatores genéticos e hereditários, o sistema musculoesquelético, sofre a intervenção de fatores externos, especialmente durante a infância (FORNAZARI, 2005). As desordens posturais iniciam-se a partir do momento em que o indivíduo,

em seu cotidiano, apresenta posições estáticas ou dinâmicas por longos períodos que desfavorecem o alinhamento correto das estruturas musculoesqueléticas. Os ambientes escolares são propícios para que as alterações ocorram, dentre algumas delas está o mobiliário não adequado de acordo com a estrutura corporal da criança ou adolescente, o excesso de peso carregado em mochilas, e também a permanência da postura sentada por um longo período (CONTRI, PETRUCCELLI, PEREA, 2009).

As deformidades causadas pela adoção de uma má postura gera alteração nas estruturas musculares e nas estruturas esqueléticas, principalmente na postura sentada. Nesta posição, a coluna lombar aumenta a pressão nas suas estruturas articulares em até 35%, como também, quando não sentado adequadamente, gera transtornos para a coluna. Além disso, a diminuição do retorno venoso também ocorre, devido a força da gravidade e também, a pressão do assento sobre a parte posterior da coxa, ocasionando a restrição do fluxo sanguíneo nesta região. Quando ocorre movimentos associados a postura sentada, como a flexão anterior do tronco ou a falta de apoio, tanto para antebraços, quanto para a coluna lombar, aumenta-se ainda mais a compressão sobre a coluna vertebral, cerca de 70% (ZAPATER et al, 2004).

Dentre as fases da vida, o período infanto-juvenil é o mais suscetível a alterações posturais devido ao desenvolvimento do indivíduo. As estruturas corporais ainda não estão completamente formadas e as alterações ocorridas nestes períodos podem se prolongar até a fase adulta, se não prevenido e tratado corretamente (KUSSUKI, JOÃO, CUNHA, 2007). Portanto, vê-se a importância da atuação da fisioterapia por meio de palestras, orientações, pesquisas e demais formas de prevenir a saúde das crianças e adolescentes, principalmente, quando diz respeito a alterações posturais, visto que, tornam-se cada vez mais recorrentes e é um dos campos de estudo do fisioterapeuta. Portanto o objetivo do presente estudo foi demonstrar e explicar a influência da fisioterapia preventiva e da ergonomia sobre o cotidiano e a rotina de crianças e adolescentes no ambiente escolar, em relação ao seu desenvolvimento cinesiológico, psicomotor e principalmente postural.

2 | MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo se caracterizou como descritivo e transversal, sendo um dos clássicos na epidemiologia, onde ocorre uma investigação simultânea da exposição a fatores de risco e a presença da doença, durante um período curto de tempo (FUCHS, 1995).

A pesquisa dividiu-se em três etapas, partindo de pesquisa bibliográfica em livros, monografias e artigos, de acesso gratuito, para atingir o objetivo do estudo. O banco de dados foram: Lilacs, Scielo, Pedro, PubMed, Google Acadêmico. As palavras-chave utilizadas para a busca foram: fisioterapia preventiva, ergonomia, crianças, postura e saúde.

A partir da leitura dos títulos realizou-se uma pré-seleção. A segunda seleção ocorreu através da leitura dos resumos. A terceira seleção ocorreu com a leitura no artigo em toda íntegra. Foram incluídos, aqueles considerados relevantes para o objetivo desta pesquisa. Foram excluídos artigos em língua estrangeira, com acesso pago, ou que não abordassem o tema em questão.

A segunda etapa foi realizada a partir da leitura realizada deste material, para elaboração de palestra informativa, lúdica, tendo como público alvo alunos e professores. Os assuntos presentes na palestra foram: o que é ergonomia; o porquê de cuidar da postura na escola; formas de melhorar o ambiente escolar; e sobre alterações que podem ocorrer na coluna em decorrência da má postura.

Na terceira etapa explanou-se a palestra em uma escola pública, finalizando com entregue seguinte questionamento, elaborado pelos autores desta pesquisa:

“Qual a utilidade desta palestra para o seu dia-a-dia?

() Nenhuma () Pouco útil () Razoavelmente útil () Muito útil

Quão importante você considera este assunto?

() Não é importante () Pouco () Razoável () Muito

Caso queira registrar algum comentário utilize o espaço abaixo:

Todos os participantes da palestra foram orientados a responder o questionamento, de forma não obrigatória, sem precisar realizar qualquer identificação e depositar sua resposta em uma urna localizada no final da sala de palestra. Finalizando a entrega, analisou-se os dados obtidos.

3 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Depois da leitura dos artigos, dissertações de mestrado, livros, elaborou-se uma palestra que continha o conteúdo a seguir, exposto de forma lúdica para melhor compreensão do público alvo.

3.1. Assuntos da palestra

A ergonomia é uma área de atuação, que compreende as interações entre os seres humanos e outros membros de um sistema, onde aplica teorias, conceitos, dados e ferramentas a projetos com o objetivo de potencializar o bem-estar humano e o desempenho global dos sistemas (TEIXEIRA, FOSCHI, FELDEN, 2015). Esta área vem apresentando um crescente interesse, principalmente nos campos industriais e hospitalares. No entanto, a ergonomia abordando o ambiente escolar, colabora para que o ato de estudar não prejudique a saúde das crianças e adolescentes, contribuindo

para o bem-estar dos mesmos (MOTTA, FERNANDES, CORTEZ, 2012).

Em um estudo realizado por Dias, Pinheiro, Pinheiro (2015), no qual foram analisados dados e aplicados questionários quanto à fatores ergonômicos na sala de aula, obteve como resultados, que os fatores que mais influenciavam negativamente os alunos foram os ruídos, o design do mobiliário e a iluminação inadequada, prejudicando assim, o processo de aprendizagem. A partir desse resultado, pode-se então, realizar as modificações necessárias para que o ambiente de aprendizagem não interfira negativamente na saúde dos estudantes.

Segundo as Leis de Diretrizes e Bases da Educação, o ensino fundamental é obrigatório, devendo toda criança completá-lo. Nos modelos de ensino atuais todas as crianças que frequentam a escola, terão de utilizar a postura sentada, por no mínimo 9 (nove) anos, por cerca de 4 (quatro) a 5 (cinco) horas diárias. No entanto o indicado é que não se mantenha a mesma postura por mais de 50 (cinquenta) minutos ininterruptos, o que representa um risco alto para a saúde, pois geralmente a postura adotada é inadequada para compensar desconfortos (ZAPATER et al, 2004).

A postura sentada, pode desencadear diversas alterações nas estruturas musculoesqueléticas da coluna lombar tanto para adultos quanto para crianças (CONTESINI et al, 2009). A lombalgia atinge acima de 70% da população pelo menos uma vez na vida, sendo desencadeada por diversos fatores. Dentre estes encontramos o fato de ser mulher, o aumento do peso, o sedentarismo, níveis elevados de atividade física, flexibilidade diminuída e maus hábitos posturais (GRAUP, SANTOS, MORO, 2010), transporte inadequado do material escolar e excesso de peso do mesmo, mobílias na escola e postura inadequadas. Outros aspectos que podem influenciar as dores na população infanto-juvenil é a forma de estudar, aumento da idade, a não pratica de exercícios físicos, tempo elevado ao assistir televisão, usar o computador e horas de sono dormida por noite (NOLL et. al. 2016).

Na adolescência, estudos mostraram que a lombalgia afeta até 50%, sendo que, nos últimos anos este número vem crescendo, isto justifica-se, pelo número de horas em que os alunos permanecem na posição sentada e também pelo mau hábito de carregar mochilas (GRAUP, SANTOS, MORO, 2010). A preocupação quando a lombalgia ocorre em crianças e/ou adolescentes, já que o sistema esquelético está em fase de formação, tornando-se mais suscetível a alterações e deformidades (VIEIRA, 2011).

Sabe-se que na rotina diária dos estudantes, é comumente utilizada a mochila para o transporte dos materiais didáticos, a carga e a maneira como é sustentada é imprescindível nesse período de vida. Porém existe um empasse entre pesquisas relacionadas ao peso máximo das mochilas usadas pelos escolares, que variam entre 10% e 15% da massa corporal. Portanto seria interessante maior aprofundamento científico para um melhor esclarecimento. (RODRIGUES et. al. 2008). Porém, independente se 10% ou 15%, a ocorrência de sobrecarga está presente em mais de 50% da população, considerando ainda que meninas carregam mais pesos do que os

meninos. (MARTINS et. al. 2015).

Além do peso, a forma com que as mochilas são carregadas afeta a postura dos estudantes e estudos apontam que a maneira correta de utilizar a mochila no período escolar é alinhá-la na altura do dorso, com simetria da carga e com as duas alças ajustadas sobre os ombros, sem folgas. Pois as folgas podem provocar sobrecarga na região dorsal ocasionando hipercifose torácica e, como compensação, hiperlordose lombar e cervical (CANDOTTI et. al. 2012).

Martelli e Traebert (2005), relatam a importância de prevenir as alterações posturais ainda na fase em que o indivíduo está em desenvolvimento, visto que o tratamento após a estabilização do sistema osteomusculares torna-se mais difícil. Ainda, Detsh et al. (2007) descreve que os indivíduos nesta fase estão mais propícios a adotarem posturas incorretas, visto que, na maioria das vezes ocorre a ausência de orientações para estas crianças, e que estes, teriam uma suma importância para seu desenvolvimento. Além disso, ainda trazem a informação de que em países desenvolvidos, as escolas têm projetos em que realizam as avaliações posturais das crianças, assim, identificam precocemente as alterações posturais e evitam sua progressão.

Uma forma de prevenir e reduzir estes efeitos negativos, é a estruturação ou reestruturação do ambiente físico, como por exemplo a adoção de mobiliários reguláveis para distintas tarefas que possam vir a ser executadas com estes, entretanto, isto não é suficiente para chegar ao objetivo de prevenir e minimizar os efeitos adversos. É necessário promover mudanças no comportamento e no conhecimento referente à saúde e aos hábitos posturais frequentes (ZAPATER et al, 2004).

3.2. Resultado das entrevistas

Totalizou-se 42 (quarenta e duas) respostas válidas (com alternativas não respondidas duplamente).

Foram calculadas as porcentagens das respostas obtidas a partir do questionário, e a Figura 1 demonstra que a maior parte dos alunos consideraram a palestra muito útil (69,1%), demonstrando o interesse e preocupação com sua saúde. E quando questionados sobre a importância dos assuntos abordados na palestra, a maior parte dos ouvintes julgou como muito importante (69,1%), refletindo que além de ser uma demanda apontada no conhecimento acadêmico como necessária, também é uma demanda solicitada pelo público alvo. Na pergunta aberta para que fosse deixado comentários, houve pequena participação, uma vez que apenas 26,2% realizaram alguma manifestação, sendo 16,7% manifestações positivas, elogiando a palestra, com elogios como: “Venham mais vezes, pois o assunto é muito legal”, “Obrigado por compartilharem seu conhecimento conosco”, “Acho que deveria haver mais momentos como esse”, enquanto 2,4% escreveram “Não sei” no campo e 7,1% realizaram comentários negativos a atividade realizada, como “Não gostei”, “Não teve exemplo

prático”.

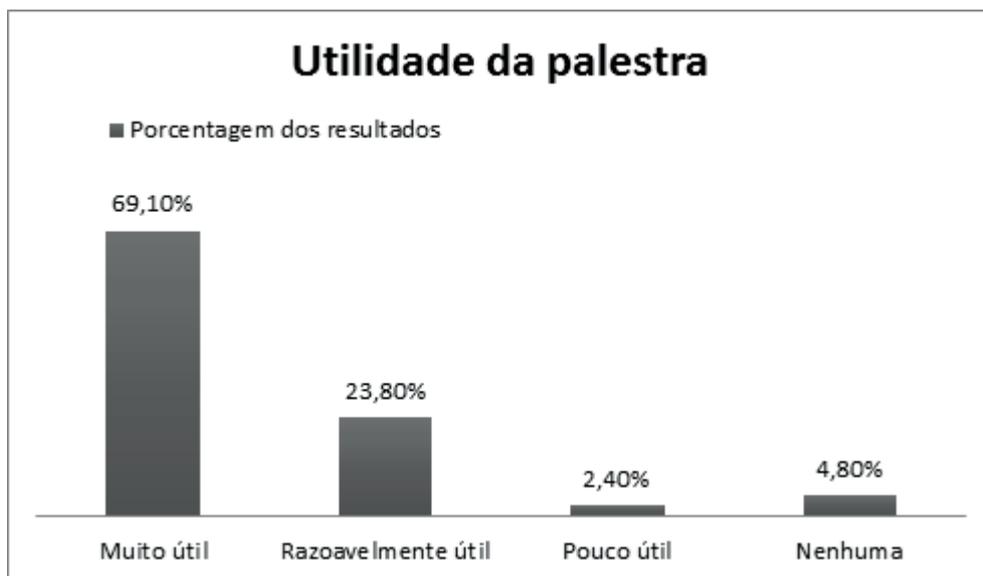


Figura 1: Porcentagem dos resultados dos questionários em relação à utilidade da palestra.

Os valores absolutos destas respostas foram: muito útil (29), razoavelmente útil (10), pouco útil (1) e nenhuma utilizada (2).

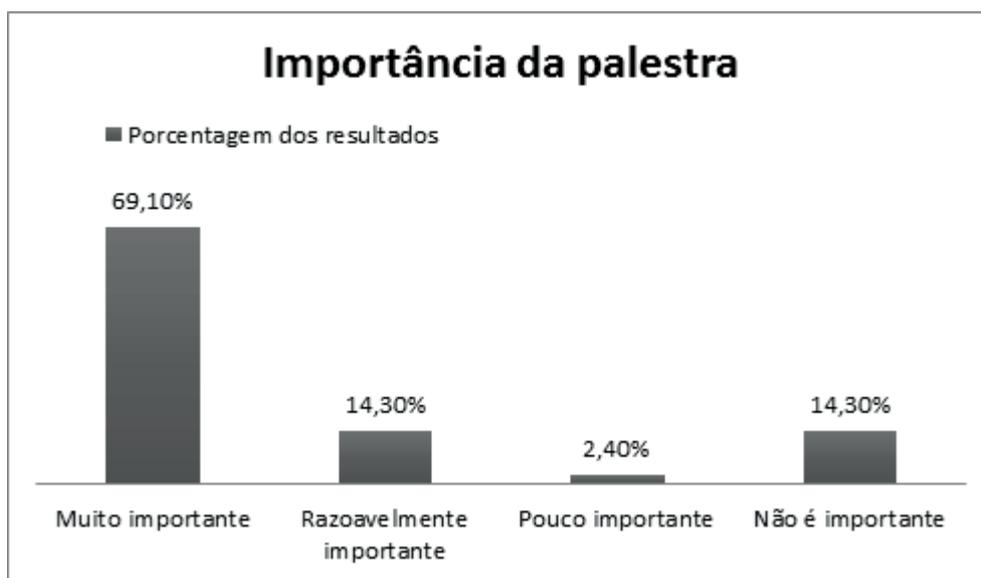


Figura 2: Porcentagem dos resultados dos questionários em relação à importância da palestra.

Os valores absolutos destas respostas foram: muito importante (29), razoavelmente importante (6), pouco importante (1) e não é importante (6).

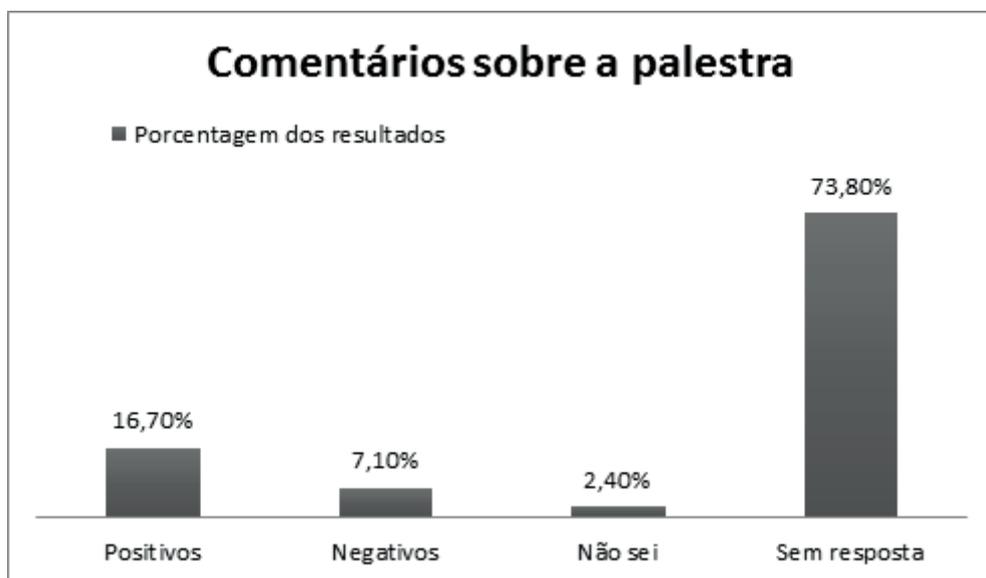


Figura 3: Porcentagem dos resultados dos questionários sobre os comentários em relação às palestras.

Os valores absolutos destas respostas foram: positivos (7), negativos (3), não sei (1) e sem resposta (31).

Os estudos que são aplicados questionários perguntando a opinião do ouvinte possuem grande relevância, pois podem identificar fatores negativos e positivos do ponto de vista do público alvo. Assim como oportuna a possibilidade de, a partir dos resultados dos questionários, realizar melhorias nas atividades dos próximos estudos, buscando suprir as expectativas dos maiores interessados, que neste caso são os alunos.

4 | CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa buscou expandir o conhecimento sobre fisioterapia preventiva e a ergonomia em alunos. E, através dos dados analisados, percebeu-se que é do interesse dos alunos obter maiores conhecimentos sobre o tema, uma vez que o consideram importante.

Pesquisas como esta, realizadas através de palestras, orientações, revisões de artigos e bibliografias e aplicação de questionários enviados aos ouvintes, representam um início no aspecto de prevenção e promoção em saúde. Sugere-se realizar estudos com a mesma abordagem em outras escolas, verificando se, o interesse é apenas da população envolvida nesta pesquisa, ou se a temática é bem-vinda para os demais alunos. E ainda, se for do interesse dos demais, sugere-se planejar, elaborar e implantar campanhas voltadas a educação em saúde, incluindo a prevenção e a promoção, no ambiente escolar.

REFERÊNCIAS

- CANDOTTI, T. C. et. al. **Avaliação do peso e do modo de transporte do material escolar em alunos do ensino fundamental**, Revista Paulista de Pediatria, v.30, n.1, 2012.
- CONTESINI, A.M. et al. **A evolução do homem e a postura sentada: bases para o fisioterapeuta**. Conscientiae saúde, São Paulo, v.8, n.4, p. 677-683, nov./dez., 2009.
- CONTRI, D.E., PETRUCELLI, A., PEREA, D.C.B.N.M. **Incidência de desvios posturais em escolares do 2º ao 5º ano do ensino fundamental**. Conscientia e Saúde, São Carlos, v. 8, n. 2, p. 219-224, 2009.
- DETSCH et al. **Prevalência de alterações posturais em escolares do ensino médio em uma cidade no Sul do Brasil**. Revista Panam Salud Publica. v. 21, n 4, p. 231–8, 2007.
- DIAS, E.B., PINHEIRO, F.A., PINHEIRO, A.V.B.S.. **Influência dos aspectos ergonômicos de sala de aula na atividade de ensino aprendizagem: o caso de uma Escola de Ensino Fundamental e Médio na cidade de Petrolina/PE/Brasil**. ABEPRO: Fortaleza, 2015.
- DUTTON, M. **Fisioterapia Ortopédica: exame, avaliação e intervenção**. 2.ed. Porto Alegre: Artmed, 2010.
- FORNAZARI, L. P. **Prevalência de postura escoliótica em escolares do ensino fundamental de duas escola do município de Guarapuava - PR, 2005**. 2005. 85 p. Dissertação (Mestrado) - Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2005.
- FUCHS, S.C.P.C. **Epidemiologia aplicada à pesquisa de determinantes da saúde infantil: fundamentos e métodos**. Jornal de Pediatria, v.71, n.3, p. 132-138, 1995.
- GRAUP, S., SANTOS, S.D., MORO, A.R.P. Estudo descritivo de alterações posturais sagitais da coluna lombar em escolares da rede federal de ensino de florianópolis. **Revista brasileiro de ortopedia**, Florianópolis, v. 45, n. 5, jan. 2010.
- KUSSUKI, M.O.M. , JOÃO, S.M.A., CUNHA, A.P. **Caracterização postural da coluna de crianças obesas de 7 a 10 anos**. Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v. 20, n. 1, p. 77-84, jan./mar. 2007
- MARTELLI, R.C., TRAEBERTII, J. Estudo descritivo das alterações posturais de coluna vertebral em escolares de 10 a 16 anos de idade. Tangará-SC, 2004. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, Santa Catarina, v. 9, n. 1, p. 87-93, jan. 2005.
- MARTINS, D. M. et. al. **Peso do material escolar e dor nas costas em alunos que deixam seus livros na escola**, Revista dor, v.16, n.4, 2015.
- MOTTA, A.C.S., FERNANDES, F.L.F.; CORTEZ, P.J.O. **Percepção por professores de aspectos ergonômicos de escolas de Município do Sul de Minas Gerais, Brasil**. Arquivos Brasileiros de Ciências da Saúde, Itajubá, v. 37, n. 1, p. 14-18, jan./abr. 2012.
- NOLL, M. et. al. **Fatores de risco associados à intensidade de dor nas costas em escolares do município de Teutônia (RS)**, Revista Brasileira de Ciência no Esporte, 2016.
- RODRIGUES, S. et. al. **Distribuição da força plantar e oscilação do centro de pressão em relação ao peso e posicionamento do material escolar**, Revista Brasileira de Fisioterapia, v.12, n.1, 2008.
- SANTOS, C.I.S. et al. **Ocorrência de desvios posturais em escolares do ensino público fundamental de Jaguariúna, São Paulo**. Revista Paulista de Pediatria, São Paulo, v. 27, n. 1, p. 74-

80, 2009.

TEIXEIRA, C.S., FOSCHI, R.R., FELDEN, E.P.G. **O trabalho na educação infantil: um enfoque ergonômico.** Iberoamerican Journal of Industrial Engineering, Florianópolis, v. 7, n. 13, p. 143-161, 2015.

VIEIRA, A.C.C. **Orientações posturais preventivas para escolares do ensino fundamental: proposta de inclusão do tema pelo programa saúde na escola.** 2011. 167 p. Dissertação (Mestrado) - Fundação Oswaldo Aranha, Centro Universitário de Volta Redonda, Volta Redonda, 2011.

ZAPATER, A.R. et al. **Postura sentada: a eficácia de um programa de educação para escolares.** Ciência e Saúde Coletiva, São Paulo, v. 9, n. 1, p. 191-199, 2004.

SOBRE A ORGANIZADORA

Larissa Louise Campanholi : Mestre e doutora em Oncologia (A. C. Camargo Cancer Center).

Especialista em Fisioterapia em Oncologia (ABFO).

Pós-graduada em Fisioterapia Cardiorrespiratória (CBES).

Aperfeiçoamento em Fisioterapia Pediátrica (Hospital Pequeno Príncipe).

Fisioterapeuta no Complexo Instituto Sul Paranaense de Oncologia (ISPON).

Docente no Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais (CESCAGE).

Coordenadora do curso de pós-graduação em Oncologia pelo Instituto Brasileiro de Terapias e Ensino (IBRATE).

Diretora Científica da Associação Brasileira de Fisioterapia em Oncologia (ABFO).

Agência Brasileira do ISBN

ISBN 978-85-85107-49-9



9 788585 107499