



NÍVEL DE CONHECIMENTO DE CRIANÇAS QUANTO À POSTURA CORPORAL

SILVA, Catarine Mara Marques; GOMES, Danyane Simão

catarine_kta@hotmail.com

danyanesg@hotmail.com

Introdução e Objetivo: A postura corporal das crianças é uma preocupação crescente, pois elas estão propícias a adquirir vícios posturais, devido ao seu modo de agir e de se portar no dia-a-dia. Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo avaliar o nível de conhecimento de crianças com relação à postura corporal correta em diversas situações do dia a dia. **Material e Métodos:** Foi realizado um estudo descritivo transversal com 30 escolares de 8 a 11 anos, de ambos os sexos. Foi aplicado um questionário para avaliar o nível de conhecimento dos escolares com relação às posturas do dia-a-dia, composto por figuras de diversas posturas: em frente ao computador, pegar objetos no chão, postura correta ao dormir, postura correta ao sentar, postura correta para ler e o modo correto de carregar a mochila. No questionário havia opções das posturas corretas e incorretas. **Resultados e Discussão:** Percebeu-se que grande parte dos escolares marcaram as opções corretas referentes à postura em frente ao computador (83,3%), à postura para se sentar (100%), ao modo de se carregar a mochila (96,6%), à postura usada para dormir em decúbito dorsal (56,6%) e à postura correta para leitura (96,6%). Para pegar objetos ao chão, 46,6% optaram pela postura correta, 46,6% pela postura incorreta, enquanto 6,6% responderam que não sabem. Quanto à postura correta para dormir em decúbito lateral, 83,3% marcaram a opção incorreta. De acordo com Almeida (2006), tendo em vista que no período escolar a velocidade do desenvolvimento corporal é grande, diversos fatores podem desencadear alterações no sistema musculoesquelético. **Conclusão:** Conclui-se que grande parte dos escolares apresentaram um bom conhecimento quanto às posturas corporais corretas em frente ao computador, para leitura, para dormir em decúbito dorsal, para pegar objetos ao chão e ao modo correto de se transportar as mochilas escolares. Entretanto, quanto à postura em decúbito lateral, percebeu-se que a maioria dos escolares apresentam um conhecimento ainda não satisfatório. Com isso, acredita-se que seja importante o desenvolvimento de programas de educação postural para crianças com o objetivo de se prevenir possíveis complicações musculoesqueléticas decorrentes dessa fase, os quais poderiam desencadear problemas na fase adulta.

Palavras-chave: Escolares; Conhecimento; Postura corporal.