



ANÁLISE DO PESO CORPORAL E DO PESO DA MOCHILA DE ESCOLARES DE UMA ESCOLA PÚBLICA DE PATOS DE MINAS

PIRES, Paula Marques de Assis; GOMES, Danyane Simão

marques.paula@hotmail.com

danyanesg@hotmail.com

Introdução e Objetivo: O uso inadequado e as cargas excessivas das mochilas tornam as alterações posturais visíveis e palpáveis, que podem ocasionar desvios posturais e algias na fase do desenvolvimento corporal do indivíduo. O presente estudo teve como objetivo verificar se o peso da mochila escolar encontrava-se adequado ao peso corporal dos escolares. **Material e Métodos:** Foram avaliados 30 escolares, com idade entre 8 a 12 anos, de ambos os sexos. Avaliou-se o peso corporal dos escolares e também o peso de suas mochilas, além de ser observado o modo de transporte das mesmas. Logo depois, foi realizada a análise do peso corporal e do peso da mochila escolar para identificar se este último encontra-se adequado em relação ao primeiro (10% do peso corporal). **Resultados e Discussão:** Encontrou-se que 70% dos escolares utilizavam mochilas com sobrecarga (maior que 15% do peso corporal), e 90% usavam o modelo de transporte com duas alças. O peso excessivo pode gerar alterações posturais, sendo o período escolar a fase mais crítica, por ser a fase de maior crescimento das estruturas corporais. Além disso, o agravante é o ato repetitivo que a criança faz ao carregar o material cinco vezes por semana, ao longo de muitos anos. **Conclusão:** Concluiu-se que a maioria dos escolares apresenta sobrecarga na mochila escolar e acredita-se que essa sobrecarga está associada à presença de dores musculoesqueléticas nessas crianças.

Palavras-chave: Escolares; Mochilas; Postura