ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

CORRELAÇÃO ENTRE OS DESVIOS POSTURAIS E GRAU DE FLEXIBILIDADE EM CRIANÇAS DE 5 A 11 ANOS QUE PRATICAM GINÁSTICA ARTÍSTICA

Apresentador[1] BAKUN, Leandro P.L.
Apresentador[2] OLIVEIRA, Vanessa de
Orientador[3] MEIRE, Vanessa Gomes
Orientador[4] RIBAS, Ricardo

RESUMO: Os problemas posturais têm uma grande importância atualmente, não apenas como um problema individual, mas também social, devido a sua alta incidência. A postura pode ser influenciada por vários fatores intrínsecos e extrínsecos, como atividade física, obesidade e alterações fisiológicas do crescimento. O esporte pode causar adaptações que se tornam permanentes. A repetição constante de determinados movimentos pode levar a desequilíbrios no sistema osteomioarticular, predispondo a alterações de postura e de flexibilidade. Os desvios posturais ocorrem com o desequilíbrio dos grupos musculares que se encontram tensionados, presume-se que o atleta apresenta um nível de flexibilidade diminuído. O presente estudo verificou a existência das principais alterações da coluna vertebral (hiperlordose, hipercifose e escoliose) em crianças que praticam ginástica artística, procurando alguma relação entre os desvios e o nível de flexibilidade. Foram avaliados 24 meninas e 15 meninos, totalizando 39 atletas. Todos pertencentes as categorias iniciantes e intermediários, com idade entre 5 e 11 anos. Cada atleta foi avaliado na posição ortostática nos planos frontal (anterior e posterior) e sagital (direito) complementando com o teste de inclinação de tronco e teste de flexibilidade utilizando o banco de Wells. Dos alunos avaliados apenas 5 (12,8%) não apresentaram nenhuma alteração. Não há evidências que estabeleçam uma associação entre as alterações posturais e flexibilidade dos atletas, pois os mesmos desvios foram encontrados em diferentes níveis de flexibilidade. Porém, isso não quer dizer que não contribua nesse sentido. O esporte é uma das possíveis causas de desequilíbrios, mas é praticamente impossível isolá-lo dos demais fatores para ajustar o resultado de estudos sobre a influência da flexibilidade na postura.

PALAVRAS CHAVE – crianças, esporte, avaliação postural.

[1] Acadêmico do 5° período de fisioterapia do Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais e 1° ano de educação física da Universidade Estadual de Ponta Grossa, bakunzinho@yahoo.com
[2] Acadêmica do 5° período de fisioterapia do Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais, wanessaway@hotmail.com
[3] Especialista, prof.de fisioterapia do Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais, vanessa.meier@ig.com.br
[4] Professor de Ginástica Artística do Colégio Marista Pio XII