ÁREA TEMÁTICA: SAÚDE

INCIDÊNCIA DE DESVIOS POSTURAIS EM ATLETAS 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: A mecânica corporal é uma ciência que diz respeito às forças estáticas e dinâmicas que agem sobre o corpo. O alinhamento ideal do corpo pode não ser possível de se obter em todos os aspectos, mas ele é padrão para cujo sentido se direcionam os esforços de obter tal alinhamento. Constantes mudanças no ambiente requerem mudanças adaptativas na dinâmica do sistema de controle postural. A má postura é uma relação defeituosa entre as varias partes do corpo que produz uma maior tensão sobre as estruturas de suporte e onde ocorre um equilíbrio menos eficiente do corpo sobre sua base de suporte, a flexibilidade e estabilidade neste acoplamento são características fundamentais no controle da postura, sendo assim atletas de variados esportes, principalmente na ginástica artística, devem apresentar uma flexibilidade maior, consequentemente um postura correta. O presente estudo tem como objetivo verificar a ocorrência dos principais desvios posturais como a hiperlordose, hipercifose, escoliose em C e em S, em atletas de 5 a 18 anos de ambos os sexos que praticam ginástica artística. Foram avaliados 58 atletas, 36 do sexo feminino e 22 do sexo masculino pertencentes a categoria iniciantes, intermediários e avançados com faixa etária de 5 a 18 anos. A avaliação postural foi realizada nas vistas anterior, lateral e posterior, complementando com o teste de inclinação de tronco para verificar a existência de gibosidade. Os atletas avaliados apresentaram alterações significativas, 33 (56,8%) hiperlordose lombar, 21 (36,2%) hipercifose torácica, 24 (41,3%) escoliose em C e 8 (13,7%) escoliose em S. Os resultados alertam para a prática da ginástica artística de uma forma coerente com os desvios encontrados.

PALAVRAS CHAVE – alteração postural, esporte, flexibilidade.

[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