



REVISÃO DE LITERATURA SOBRE AS PRINCIPAIS ALTERAÇÕES POSTURAS EM CRIANÇAS

Natiele Maiara Fagundes Lealdino¹, Marina Rodrigues Vaz¹, Dionson Matheus Tribino Posser¹, Rogerio Alves Cougo¹, Alex Sandro Rodrigues Da Silva¹, Ricardo Ribeiro²

Ao longo dos anos os problemas posturais vem acometendo cada vez mais as crianças, em especial aqueles relacionados com a coluna vertebral, muitas dessas alterações ocorrem durante o período escolar onde a criança está em fase de desenvolvimento corporal. Observam-se comportamentos de risco ao carregar mochilas com excesso de carga, marcha inadequada e também pela permanência na posição sentada de forma incorreta por até 6h com pequenos intervalos em pé, podendo levar a alterações posturais, fadiga e dorsalgias crônicas. Nessa revisão foi evidenciado que crianças utilizam tablets, smartphones e computadores mais precocemente e de forma prolongada, a posição aderida para operar os aparelhos é totalmente errada, causando doenças e dores. O objetivo desta pesquisa foi evidenciar as principais alterações posturais em crianças durante seu desenvolvimento corporal, causadas pelas atividades de vida diária (AVD'S). Foi elaborado um projeto de iniciação científica na disciplina de Recursos Terapêuticos IV, do curso de Fisioterapia/URCAMP a pesquisa é uma revisão bibliográfica, a fim de atender o objetivo proposto foram realizadas leituras em diversas publicações, trabalhos e artigos, sendo eles impressos e eletrônicos. De acordo com a literatura foi observado que as alterações posturais mais comuns ocorrem no período escolar e durante o uso de eletrônicos, onde vícios de posturas são adotados, causando: assimetria de ombros pelo uso unilateral de mochilas e bolsas, escápulas abduzidas e ombros protrusos pelo peso excessivo da mochila, escoliose e hiperlordose pelo fato da postura inadequada e por um longo período de tempo, retificação da lordose cervical pelo uso prolongado de aparelhos eletrônicos (celulares, tablets e laptops), dores musculares, cefaleia e futuramente hérnias discais e osteófitos, dentre outras complicações. Ao analisar as informações apresentadas nos artigos e trabalhos deste estudo, podemos constatar que a falta de informação dos responsáveis gera descaso em relação às posturas apresentadas pelas crianças nas AVD'S, o que poderia ser evitado se houvesse a conscientização sobre a importância da detecção precoce dos vícios posturais, principalmente no período de crescimento no qual ocorre enorme potencial adaptativo das estruturas associadas à postura, pois durante esse período,

¹ Discentes do Curso de Fisioterapia / URCAMP

² Especialista, Docente do Curso de Fisioterapia/URCAMP

tratamentos e intervenções possuem maiores resultados para a correção e realinhamento postural. Seria importante uma política preventiva e educacional, viabilizando informações sobre hábitos e posturas corretas.

Palavras chaves: alterações posturais, crianças, postura.