



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

Promoção em Saúde e Práticas Integrativas

EDUCAÇÃO POSTURAL NA ESCOLA – QUAL A MUDANÇA COM RELAÇÃO AOS HÁBITOS DE VIDA DIÁRIA?

Kelly Cristina M. Rossi da Silveira, Cleber Martins Malheiro

1 Município De Orindiuva - Município De Orindiuva

Orindiúva

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Os maus hábitos posturais constituem problema de saúde coletiva, atingindo estudantes de ambos os sexos em diferentes idades, acabando por instigar fisioterapeutas e demais profissionais da saúde a propor programas educativos para a busca de hábitos posturais saudáveis, bem como prevenir futuras complicações. Sendo a escola um espaço privilegiado para a promoção da saúde, uma vez que desempenha papel fundamental da formação de valores, hábitos e estilo de vida, o fisioterapeuta também tem um importante papel nesse meio, pois estudantes desenvolvem maus hábitos e alterações posturais que, a longo prazo, podem gerar restrições funcionais.

OBJETIVOS

Objetivo Geral: Promover a conscientização postural dos alunos no dia-a-dia, tanto em âmbito escolar como nas AVDs (atividades de vida diária). Objetivos Específicos: • Conscientizar os alunos sobre hábitos posturais nas diversas posturas do dia-a-dia (em pé, sentado, andando, transportando o material escolar) • Avaliar e quantificar o material escolar com relação a modelo, modo de carregamento e peso • Orientar individualmente cada aluno que se encontra com material fora das conformidades • Incentivar bons hábitos posturais

METODOLOGIA

• Aplicação de questionário com questões fechadas sobre hábitos posturais, na escola e nas AVDs. • Avaliação antropométrica das crianças • Avaliação de peso, modelo e modo de transporte da mochila. • Sessões educativas direcionadas. • Orientações direcionada aos pais. • Orientações direcionadas aos professores.

RESULTADOS

As avaliações sobre o peso e forma de carregamento do material escolar foram realizadas individualmente, em cada sala de aula. Com relação ao peso e forma de carregamento dos materiais escolares, observou-se uma melhora muito significativa na forma de carregamento, sendo que no início do programa, em agosto/ 2016, o material carregado de forma inadequada correspondia a 34, 5% e na última avaliação, em junho/ 2017, correspondia a 10, 90%, outra observação também importante que 63, 70% dos alunos, na última avaliação, encontrou-se com a material dentro das conformidades orientadas, com relação à peso e forma de carregamento. O Questionário de Hábitos de Vida Diária, mostrou que o modelo de mochila mais frequente é



32º CONGRESSO
DE SECRETÁRIOS
MUNICIPAIS DE
SAÚDE DO
ESTADO DE
SÃO PAULO

15ª Mostra de
Experiências
Exitosas dos
Municípios

8º Prêmio
David
Capistrano

"30 anos de SUS: SUStentabilidade para garantia do Direito à Saúde
Aumento do financiamento federal e estadual!"

o de duas alças, a qual no início era carregada de maneira bastante inadequada, e após instrução 85% das crianças afirmam carregar nos 2 ombros; com relação a quantidade de material carregado 89% dos alunos afirmam carregar somente o material necessário para cada dia, conforme os horários das aulas; com relação aos posicionamentos na carteira escolar também foi observado mais acertos quando questionados. No início do programa (2º semestre/ 2016), identificou-se bastante dúvidas e confusão com relação as posturas diárias, já no segundo momento (2º semestre/ 2017), nota-se que a grande maioria dos alunos, apresentou maior clareza e assertividade relacionados aos mesmos hábitos diários, sendo assim considera-se uma maior conscientização com relação aos hábitos saudáveis de vida diária.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Considera-se de grande valia as orientações preventivas na idade escolar, com intuito de educar cidadãos conscientes e comprometidos com sua própria saúde, proporcionando num futuro próximo uma população mais responsável com sua própria saúde, desencadeando menos custos para o município e mais qualidade de vida para os cidadãos em geral, estimulando uma futura geração mais saudável.