



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 PROMOÇÃO À SAÚDE DA POPULAÇÃO ESCOLAR DO MUNICÍPIO DE BREJO ALEGRE.

Andréa Maria Castilho, Lilian Aparecida Jacob, Maristela Paula Amoroso

1 Prefeitura Municipal de Brejo Alegre - Prefeitura Municipal de Brejo Alegre
Brejo Alegre

INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

Posturas viciosas são prejudiciais e devem ser evitadas, principalmente através de medidas que favoreçam à consciência de atitudes que proporcionarão uma melhor qualidade de vida durante o crescimento, desenvolvimento e vida adulta. Muitos comprometimentos posturais são detectáveis na infância, sendo estratégias de prevenção uma ferramenta de fácil aplicação, que levará a criança a prática de movimentos saudáveis, os quais são facilmente incorporados quando iniciados precocemente (FORNAZZARI e PEREIRA, 2008). A postura adequada na infância possibilita padrões posturais corretos na vida adulta, pois esse período é da maior importância para o desenvolvimento musculoesquelético do indivíduo, com maior probabilidade de prevenção de alterações posturais (MARTELLI e TRAEBERT, 2006). É nesse contexto que a experiência descrita tem sua atuação: instrutor na prevenção dos desequilíbrios posturais e mediador na reeducação motora dos padrões posturais. Possibilitando dessa forma, atividades educativas, globalizantes e autoconstrutivas de maneira a atingir todas as necessidades que o indivíduo necessite para adquirir uma harmonia corporal e uma boa qualidade física.

OBJETIVOS

-Promover educação sobre a temática postura e alimentação saudável, demonstrando sua importância aos escolares do município de Brejo Alegre. -Prevenir alterações posturais futuras na população escolar. -Rastreamento dos escolares que já apresentem alterações posturais patológicas para encaminhamento à tratamento especializado. -Diminuir gastos com saúde curativa, tendo-se um melhor custo-benefício com a promoção da saúde e a prevenção de doenças.

METODOLOGIA

Este trabalho é uma proposição da Divisão Municipal de Saúde em parceria com Escola Municipal de Educação Fundamental José João Abdalla e Escola Estadual Agostinho Grigoletto. Por ser de natureza preventiva, seu público alvo é a população em construção de sua imagem corporal, ou seja, escolares de 1ª ao 9ª anos do ensino fundamental. Dentre as ações realizadas temos: • Avaliações posturais (com uso de simetrógrafo, realizadas nas posições anterior, posterior e lateral) e preenchimento de questionário informativo sobre o nível de conhecimento sobre postura, antecedentes pessoais e familiares, além da relação peso mochila/peso corporal. Tal avaliação é aplicada periodicamente na população escolar por fisioterapeuta, objetivando acompanhar a evolução postural dos escolares e rastrear alterações posturais, que se detectadas, são encaminhadas para serviço especializado para avaliação diagnóstica e



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!"

tratamento. • Os educadores das instituições foram capacitados e são responsáveis pela observação das posturas corretas dos alunos nas salas de aulas. • Capacitações periódicas para os profissionais educadores físicos e fisioterapeuta (teórica e prática) na temática do trabalho. • Aplicação de atividades compostas por alongamentos e exercícios que enfatizem conscientização postural inseridas nas aulas diárias pelos profissionais de educação física. Para tanto, foram adquiridos materiais com recursos do Ministério da Saúde: colchonetes, bastões e bolas suíças. • Semana de Educação Postural: atividade de conscientização realizada anualmente, compostas por palestras, gincanas e demonstração de exercícios posturais. Realizada entrega de camisetas e material educativo para todos os alunos, além de sorteio de bicicletas entre as equipes que se destacam nas atividades. A temática alimentação saudável foi inserida no ano de 2010, tendo-se em vista sua importância para a promoção da saúde deste mesmo público.

RESULTADOS

Dentre os resultados temos: • Experiência vem sendo desenvolvida desde 2007 nas instituições parceiras, tendo a contribuição de profissionais das duas instituições. • Estabelecimento de ação pontual anual, abordando as temáticas educação postural e alimentação saudável. Tivemos 4.440 participações registradas no período de 2007-2017. • Inserção das aulas de educação postural na grade horária das instituições parceiras. Tivemos aproximadamente 3.655 alunos participantes no período de 2007-2017. • Neste mesmo período, tivemos a realização de 513 avaliações posturais nos escolares. • Através das avaliações posturais e observações nas aulas de educação postural, foram detectados 65 alunos com alterações posturais significativas, sendo encaminhados para avaliação médica objetivando conclusão diagnóstica e, quando indicado, oportunizado aos mesmos a realização do tratamento de Reeducação Postural Global no setor de fisioterapia do município em tempo hábil.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao analisarmos os resultados anteriores, podemos verificar a importância desta experiência através do estabelecimento de parcerias efetivas (saúde e educação); estabelecimento de ação educativa anual, melhorando o nível de conhecimento do tema postura e alimentação saudável; inserção das aulas de educação postural na grade horária das instituições parceiras, atingindo integralmente o público alvo e oportunizando aos mesmos o acesso às práticas corporais específicas para a prevenção de alterações posturais; rastreamento de alterações posturais, oportunizando a detecção precoce e encaminhamento para serviço de avaliação diagnóstica e tratamento. Portanto, tal experiência demonstra a importância das ações voltadas à promoção da saúde através de parcerias intersetoriais.