

HÁBITOS POSTURAIS INADEQUADOS E DOR EM ADOLESCENTES

Congresso Online de Integração e Atenção em Saúde, 1ª edição, de 25/08/2021 a 27/08/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-77-7

MELO; Leidna Oliveira¹, FRÓIS; Mateus Saldanha², FARIA; Daniela Aparecida de³, MARQUES; Dayanne Gabriela de Melo Marques⁴, COSTA; Kelly Aline Rodrigues Costa⁵, MARTINS; Luísa Amanda Hermínia⁶, FONSECA; Paulo Henrique Nogueira da Fonseca⁷

RESUMO

INTRODUÇÃO: Na adolescência, ossos, músculos e articulações encontram-se em processo de desenvolvimento, e nessa etapa, os hábitos posturais inadequados podem contribuir com os surgimentos de dores. Sendo importante ressaltar que a dor pode ser caracterizada como experiência sensitiva e emocional desagradável relacionada ou não à lesão real dos tecidos. Na fase da adolescência, as AVDs são vivenciadas em sua maior parte do tempo no ambiente escolar e em situação que exijam posturas estáticas, o que predispõe ao aparecimento de dor e de alterações posturais que podem repercutir em complicações na fase adulta. **OBJETIVOS:** O estudo tem por objetivo, identificar e descrever os hábitos posturais inadequados e presença de dor nas Atividades da Vida Diária (AVDs) de adolescentes do ensino fundamental e médio de uma Escola Estadual do Município de Divinópolis/MG.

MÉTODO: Foi realizado um estudo transversal, exploratório, descritivo, com abordagem quantitativa. A amostra foi de 74 adolescentes, de 10 a 19 anos, todos com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) assinado. A coleta de dados foi feita através da aplicação do Teste BackPEI (Back Pain and Body Posture Evaluation Instrument), no qual é um instrumento utilizado para a avaliação de dor nas costas e seus fatores de riscos. Foi aplicado um questionário, no qual é composto por 21 questões fechadas, com versões para o sexo feminino e masculino, e ele visa a avaliação da percepção corporal dos estudantes em relação à execução de suas AVDs. Para a análise estatística dos resultados, foi utilizado o programa SPSS 21.0 (*Statistical Package for the Social Sciences*). Para a análise descritiva, foi feito o cálculo de média e desvio padrão para as variáveis quantitativas. Para calcular a significância estatística das associações, foi utilizado o teste qui-quadrado de Pearson (χ^2) com nível de significância estabelecido de 5%.

RESULTADOS: A análise dos dados revelou a ocorrência de hábitos de posturas inadequadas nas atividades como ao ler na cama, ao sentar à mesa para escrever ou para conversar, ao utilizar o computador e ao pegar objetos no chão, associando a presença de dor à essas posturas inadequadas. Em uma amostra de 74 participantes, 58,1% (n=43) relataram a presença de dor nas costas, ainda podendo verificar a incidência maior no sexo feminino, sugerindo ser por uma possível sobrecarga cultural e biopsicossocial que é depositada no sexo feminino desde a infância e adolescência. A manutenção dessas posturas inadequadas predispõe o aparecimento de lesões osteomusculares e o possível acometimento de dor, o que a longo prazo pode evoluir na fase adulta. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** O presente estudo, é um trabalho relevante e com resultados demonstrativos, no qual sugere uma urgente necessidade do desenvolvimento de programas educativos e preventivos no âmbito escolar para a promoção e prevenção de dores corporais e hábitos posturais inadequados em adolescentes, revisando as políticas públicas de saúde e educação. Além de profissionais capacitados e envolvidos com a situação analisada, levando a estes adolescentes maiores confortos, diminuição de dores e menores riscos de condições graves na fase adulta.

PALAVRAS-CHAVE: Dor, Educação em Saúde, Saúde do Adolescente, Serviços de Saúde Escolar

¹ Faculdade UNA Divinópolis , leidnao@gmail.com

² Faculdade UNA Divinópolis , mateussaldanha2011@gmail.com

³ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), danielaffisio@hotmail.com

⁴ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), dayannemelo10@hotmail.com

⁵ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), kellyalinerodrigues@yahoo.com.br

⁶ Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), luisaamandabd_2@yahoo.com.br

⁷ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), paulohenriquequekaju@hotmail.com

¹ Faculdade UNA Divinópolis , leidnao@gmail.com

² Faculdade UNA Divinópolis , mateuussaldanha2011@gmail.com

³ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), danielaffisio@hotmail.com

⁴ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), dayannemelo10@hotmail.com

⁵ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), kellyalinerodrigues@yahoo.com.br

⁶ Universidade do Estado de Minas Gerais (UEMG), luisaamandabd_2@yahoo.com.br

⁷ Universidade Federal de São João Del-Rei (UFSJ), paulohenriquekaaju@hotmail.com