

ALTERAÇÕES POSTURAIS EM ESCOLARES BRASILEIROS NA PANDEMIA DO COVID-19

Kalliane Gonçalves dos Santos Silva ¹; Fabrício Sousa Simões².

¹Licenciada em Educação Física (FAMAM), Mestranda pela Universidade Federal de Sergipe (UFS); kallygsilva@hotmail.com; ²Mestre em Motricidade Humana (UPV – Chile), Professor dos cursos de Educação Física (FAMAM), proffabriciosimoes@gmail.com.

Com a interrupção obrigatória das atividades escolares devido a Pandemia do COVID-19, o ensino remoto foi implementado, e as interações pautadas nas tecnologias da informação e comunicação (TICs). Com isso, os escolares passaram a maior parte do tempo sentados, aumentando o tempo de tela e mantendo uma postura inadequada. Estudos epidemiológicos sinalizam uma alta prevalência de alterações posturais em crianças e adolescentes em idade escolar, sujeitos a posições que comprometem o alinhamento natural da coluna vertebral. Os professores e a escola são essenciais nesse processo, pois favorecem uma educação voltada para a promoção da saúde, contribuindo diretamente na prevenção e no combate a diversas patologias inclusive as associadas aos hábitos posturais deficientes e prolongados que podem resultar em alterações degenerativas dos tecidos e dor, influenciadas por séries irregulares de potenciais de ação. Esses hábitos deficientes podem ocasionar defeitos posturais inadequados à sua idade, peso corporal e estatura. A metodologia utilizada foi uma revisão bibliográfica sistemática, através de artigos científicos publicados nas línguas portuguesa e inglesa, nas bases de dados eletrônicas Scientific Electronic Library Online (SCIELO) e Google Acadêmico, objetivando discorrer sobre a incidência de alterações corporais em escolares brasileiros, durante o período da Pandemia do COVID-19. Os artigos foram limitados aos publicados entre 2020 e 2021, usando-se como descritores: escolares; problemas posturais, Pandemia e COVID-19. Quanto aos critérios de inclusão: artigos que tinham como amostra escolares da educação básica brasileira, e que avaliaram alterações posturais em escolares durante o período de Pandemia. Sendo efetivamente utilizados 27 artigos, selecionados conforme a qualidade e relevância com o tema proposto. Foi possível observar que a incidência de alterações posturais aumentaram durante o período da Pandemia do COVID-19, sendo a interação remota um ambiente propício para o aparecimento e agravamento dos desvios posturais, potencializados por hábitos incorretos gerados pelo uso inadequado das TICs. A maioria dos escolares participantes dos estudos possuíam alguma alteração na postura, sendo que as mais frequentes foram: escoliose, hipercifose torácica, e hiperlordose lombar. Em alguns estudos, foram encontrados, em menor número: protrusão, desnível e rotação medial de ombro, inclinação da cabeça, abdução e adução de escápula e assimetria do Triângulo de Tales. Sendo o aumento do peso corporal e a obesidade um fator de risco identificado, com forte relação no comprometimento da estrutura musculoesquelética e, conseqüentemente, causar alterações na postura. Devido à alta incidência de desvios posturais, torna-se necessário salientar a importância da vigilância de pais e professores para correção a tempo de desvios posturais, a fim de se evitarem deformidades permanentes, que, muitas vezes, são acompanhadas de algias na vida adulta.

Palavras-chave: Problemas Posturais. Escolares. Pandemia. COVID-19.