

DESVIOS POSTURAIIS EM ADOLESCENTES NA FASE ESCOLAR

Edvando Alves dos Santos JUNIOR*
Enrique Cinel AGOSTINELI**

RESUMO

Introdução: Alguns vícios posturais desenvolvidos na adolescência são comuns devido à sua fase de crescimento. Esses comportamentos são prejudiciais para o desenvolvimento musculoesquelético, pois altera a biomecânica corporal levando a maiores complicações futuras. **Objetivo:** Essa pesquisa procura evidenciar alguns hábitos de má postura adquiridos em fase escolar (12-16 anos) influenciados pelo estirão de crescimento e outros fatores extrínsecos. **Metodologia:** É uma pesquisa de caráter descritivo onde foram utilizados os sites da Scielo e Google Acadêmico como base para coleta de dados, esta seleção foi focalizada em artigos que abordam a relação das alterações posturais com o estirão de crescimento e o âmbito escolar. **Resultados:** Alterações como hipercifose torácica, hiperlordose lombar, protusão de ombro, assimetria de ombro e escápula e anteroversão pélvica destacaram-se aos diante das demais. O peso excessivo da mochila assim como hábitos comportamentais e posturais interferiram nessas alterações. **Conclusão:** Os desvios ressaltados podem levar o indivíduo a quadros algícos e comprometimentos funcionais. Um programa que visa a reeducação postural e fortalecimento muscular com ênfase em troco de forma precoce se faz necessário é fundamental para reduzir e até evitar esses problemas.

Palavras-chave: dolescentes; alterações posturais; fisioterapia.

*Discente do curso de fisioterapia do Centro Universitário de Santa Fé do Sul, SP - Unifunec. edvando.gpm@gmail.com

**Docente do Centro Unversitário de Santa Fé do Sul, SP – Unifunec. enrique_cinel@yahoo.com.br