

AVALIAÇÃO POSTURAL PARA A COMUNIDADE - ANO 4

Coordenador: CLAUDIA TARRAGO CANDOTTI

Autor: BIANCA ANDRADE MONTEIRO DA SILVA

A postura corporal envolve aspectos biológicos, cognitivos, motores e socioculturais, sendo uma postura adequada aquela onde há um estresse mínimo na articulação e menor gasto energético. As alterações posturais podem gerar dores agudas ou crônicas, e até predispor a condições degenerativas da coluna vertebral. Neste sentido, uma avaliação postural de qualidade proporciona meios para a realização da prevenção, permitindo ao indivíduo proteger-se de possíveis dores e lesões. No Projeto Avaliação Postural para a Comunidade, o acadêmico tem a oportunidade da prática de avaliação com indivíduos diversas faixas etárias e morfologias, permitindo o aprimoramento do olhar clínico. Os dados obtidos na avaliação postural são armazenados e ficam disponíveis para fins de pesquisa; esses dados também são úteis para a revisão dos métodos de avaliação do Projeto. Portanto, os objetivos do Projeto são: beneficiar a comunidade através da avaliação postural; proporcionar aos acadêmicos de fisioterapia a prática da avaliação, olhar clínico e elaboração de laudos e diagnósticos fisioterapêuticos. As avaliações são oferecidas para pessoas da comunidade acima de 16 anos de idade, gratuitamente, ocorrendo no Setor De Avaliação Postural do Campus Olímpico (UFRGS), de 2ª à 6ª feira, à tarde, tendo duração de no máximo 1h20min. Inicialmente realizamos anamnese, coleta da massa corporal e estatura. Logo após a postura é avaliada por fotogrametria sendo realizada marcações em pontos específicos no corpo do indivíduo (45 pontos no plano frontal e 23 no plano sagital). Depois, registramos três fotos (frente, costas e perfil), estando o indivíduo posicionado alinhado ao fio de prumo. Concluída essa etapa, avaliamos a flexibilidade, força e resistência muscular do indivíduo, finalizando com o preenchimento de questionários validados como BackPEI, STarT e FABQ, ODI e NDI. Finalizada a avaliação, o bolsista utiliza o software DIPA© para analisar as possíveis alterações posturais do indivíduo, e juntamente com as demais informações dos testes, questionários e anamnese, constrói um Laudo Postural com o diagnóstico fisioterapêutico. O bolsista tem até 15 dias para retornar este Laudo. Os indivíduos geralmente buscam a avaliação postural, relatando a credibilidade pela Instituição onde é oferecida, pela necessidade de investigação de alguma dor ou pelo interesse em autoconhecimento para fins de prevenção, melhora do desempenho em alguma modalidade esportiva ou melhora no aspecto da estética corporal. De forma geral, no

ano de 2017 foram avaliados 76 indivíduos, a maioria do sexo feminino. Destes, 9 apresentaram dor cervical, 12 dor lombar, 11 ambas e 10 outras dores; e 74 apresentaram algum tipo de alteração postural na coluna, 70 na pelve e 65 nos joelhos. Nos casos em que se percebeu a necessidade desses indivíduos receberam algum tipo de tratamento, os mesmos foram encaminhados para o projeto ?Reeducação Postural para a Comunidade? ou para projetos de pesquisa afins.