

CONHECIMENTOS SOBRE POSTURA SENTADA: EFEITOS DE UMA PROPOSTA EDUCATIVA

SANTOS, Rosangela Monteiro dos
AMÔR, Ariane Cecília Napolitano
VITTA, Alberto De
USC - Bauru
PADOVANI, Carlos Roberto
UNESP - Botucatu

No Brasil, os escolares terão que utilizar a postura sentada por, no mínimo, oito anos, além de realizarem atividades sedentárias nessa postura em seu dia-a-dia. Tal postura gera alterações nas estruturas músculo-esqueléticas da coluna lombar, reduz a circulação de retorno dos membros inferiores e promove desconfortos no pescoço e membros superiores. As maneiras de diminuir essas alterações são o planejamento do ambiente físico de trabalho, das tarefas e os procedimentos educacionais. A relevância de estudos sobre educação e saúde em escolares está em conformidade com os Parâmetros Nacionais em Ação de Saúde, que propõem que haja uma relação integradora entre as duas áreas, de maneira a desenvolver ações de prevenção e promoção da saúde. O objetivo desta pesquisa foi verificar as mudanças de conhecimentos teóricos relativos à postura sentada a partir de um procedimento educativo. Realizou-se um delineamento quase-experimental com 24 alunos, de uma 4ª série do ensino fundamental de uma escola particular, de Bauru. Avaliaram-se os conhecimentos teóricos por meio de um questionário. Em seguida, aplicou-se um procedimento educativo por meio de aulas expositivas, estratégias de repetição com o professor treinado e oficinas de educação. Após uma semana realizou-se a reavaliação. Utilizou-se o teste de Wilcoxon para a análise da porcentagem de erros sobre os conhecimentos teóricos relativos a postura sentada. Na comparação dos respectivos momentos de avaliação, verificou-se que no momento 1 obteve ($Md= 8$) e no 2 ($Md= 4$) apresentando resultado estatisticamente significativo ($p<0,001$). Essa pesquisa permitiu concluir que o procedimento educativo aumentou significativamente os conhecimentos teóricos dos estudantes.

Instituição de Fomento: FAPES