

## **EDUCAÇÃO POSTURAL NA ESCOLA: uma análise dos conteúdos desenvolvidos por professores de Educação Física no ensino fundamental**

### **POSTURAL EDUCATION IN SCHOOL: an analysis of the contents developed by Physical Education teachers in elementary school**

Vanessa Pereira Franco, Gileno Edu Lameira de Melo, Jorge Farias de Oliveira, Rosângela Lima da Silva e José Roberto Zaffalon Júnior

#### **RESUMO**

A postura é entendida como a posição de sustentação que o corpo assume para executar atividades, sendo realizada da melhor maneira quando mantida com esforço muscular mínimo que distribua compativelmente as cargas de energia, evitando movimentos compensatórios e prejudiciais. Problemas posturais têm se tornado cada vez mais frequentes, prejudicando grande parte da população, podendo gerar impacto pessoal, social e econômico. Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar os conteúdos voltados para a Educação Postural desenvolvidos na educação física escolar do ensino fundamental. Foi desenvolvida uma pesquisa de campo, com objetivo descritivo e abordagem quantitativa e qualitativa. Participaram 27 professores de Educação Física do município de Altamira. Para a coleta de dados foi utilizada a Técnica de Evocação Livre de Palavras, que gerou 162 termos sendo a ideia central “nada”. Foi aplicado também um questionário composto por 21 questões. Onde foi identificado que os professores empregam os seguintes conteúdos, biomecânica da coluna vertebral, cuidados com o corpo, anatomia da coluna vertebral e biomecânica, anatomia da coluna vertebral e funcionalidades dos sistemas, avaliação física, anatomia básica: divisão corporal, anatomia da coluna vertebral e 14,81% não responderam a essa questão pois não trabalham o conteúdo conhecimentos sobre o corpo humano, 100% destes profissionais acreditam ser importante praticar e ensinar Educação Postural no ambiente escolar, 74,08% se consideram aptos a falar e vivenciar essas questões com seus alunos e no que se refere a adoção deste conteúdo como tema das suas aulas, aproximadamente 50% se apropriam de técnicas para explanar esse assunto. Para análise dos dados foi utilizado o software Excel, versão 2016. Nessa perspectiva, destaca-se que os professores compreendem a importância da Educação Postural para os escolares e possuem conhecimentos acerca do conteúdo, no entanto, limitam sua prática pedagógica por optarem em não trabalhar este assunto em suas aulas, conseqüentemente, colaborando para existência dessa lacuna de conhecimentos na vida desses escolares.

**Palavras-chave:** Postura. Conhecimento. Professores. Ensino.

#### **ABSTRACT**

Posture is understood as the support position that the body assumes to perform activities, being performed in the best way when maintained with minimum muscular effort that distributes energy loads comparatively, avoiding compensatory and harmful movements. Postural problems have become increasingly frequent, harming a large part of the population, which can have a personal, social and economic impact. Given this, the present study aims to analyze the contents focused on Postural Education developed in school physical education of elementary school. A field research was developed, with descriptive objective and quantitative and qualitative approach. Twenty-seven Physical Education teachers from the municipality of Altamira

participated. For data collection we used the Free Word Evocation Technique, which generated 162 terms and the central idea was “nothing”. A questionnaire consisting of 21 questions was also applied. Where it was identified that teachers employ the following contents, spinal biomechanics, body care, spine and biomechanics anatomy, spine anatomy and system functionalities, physical assessment, basic anatomy: body division, spine anatomy and 14.81% did not answer this question because they do not work the content knowledge about the human body, 100% of these professionals believe it is important to practice and teach postural education in the school environment, 74.08% consider themselves able to speak and experience these questions. With their students and regarding the adoption of this content as the theme of their classes, approximately 50% appropriate techniques to explain this subject. For data analysis, Excel 2016 software was used. In this perspective, it is emphasized that teachers understand the importance of Postural Education for students and have knowledge about the content, however, limit their pedagogical practice by choosing not to work on this subject in their classes, thus contributing to the existence of this gap. of knowledge in the lives of these students.

**Keywords:** Posture. Knowledge. Teachers. Teaching.

Data de submissão: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Data de aprovação: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## 1 INTRODUÇÃO

A postura é entendida como a posição de sustentação que o corpo assume para executar atividades, sendo realizada da melhor maneira quando mantida com esforço muscular mínimo que distribua compativelmente as cargas de energia, evitando movimentos compensatórios e prejudiciais (BENINI; KAROLCZAK, 2010; MARQUES; HALLAL; GONÇALVES, 2010).

A postura inadequada durante a realização das atividades de vida diária, é apontada como um dos principais fatores que influenciam ou agravam os problemas posturais, podendo ocasionar dores no indivíduo e favorecendo a diminuição de capacidades físicas e/ou psíquicas (CANDOTTI et al., 2011; VIEIRA et al., 2015). Tais problemas podem ocorrer em diferentes faixas etárias, atingindo crianças, adolescentes, adultos ou idosos, e sem tratamento adequado, é capaz de se estender ao longo da vida e conseqüentemente, influenciando maiores complicações.

Os problemas posturais têm se tornado cada vez mais frequentes, prejudicando grande parte da população, podendo gerar impacto pessoal, social e econômico. Em 2013, o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), por meio da pesquisa nacional de saúde, apontou que cerca de 27 milhões de pessoas de 18 anos ou mais referem problemas crônicos de coluna, dentre os quais se destacam os problemas lombares (BRASIL, 2013).

Esses problemas são de origem multifatorial, entretanto, estudos apontam a influência dos hábitos posturais inadequados realizados pelas pessoas que sofrem com esses problemas e ressaltam a necessidade da mudança de tais realidades (BUENO; RECH, 2013; SEDREZ et al., 2015; MORAES; VIANA; MAGUEIRA, 2017).

Nesse sentido, profissionais da área da saúde buscam soluções para atenuar tais problemas, e a Educação Postural é um dos métodos comumente discutidos no contexto atual de cuidados com a saúde (CANDOTTI et al., 2011). Desta forma, as intervenções como propostas educativas, preventivas e terapêuticas, têm ganhado

espaço como ferramenta auxiliar no processo de combate aos problemas posturais, objetivando trazer benefícios para a população através da melhora da postura corporal (VIEIRA; SOUZA, 2002).

Direcionando essas implicações para o contexto escolar, é possível perceber que há uma grande vantagem na aplicação de intervenções preventivas com indivíduos pertencentes dessa faixa etária, pois nas primeiras fases da vida o sujeito passa pelo processo de desenvolvimento musculoesquelético, estando estes mais vulneráveis a alterações posturais, portanto, se assegurados por orientações adequadas, tendem a aprender e estabelecer padrões apropriados de comportamentos, desviando-se dos maus hábitos posturais (SANTOS et al., 2017).

O desenvolvimento do conteúdo Educação Postural deve ser realizado por profissionais com conhecimentos pertinentes ao tema. Na escola, especialmente o professor de Educação Física deve trabalhar esse assunto, por se tratar de um profissional com formação também na área da saúde, conseqüentemente, fortalecendo o vínculo existente entre saúde e educação. Além disso, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC), aponta que a atuação do professor de educação física deve considerar, por meio da orientação repassada nas aulas, um especial aprimoramento de habilidades, desenvolvimento intelectual, formação cidadã e cuidados com o corpo. Ressaltando ainda, que é importante que os comportamentos positivos conquistados na escola devem ser permanentes e praticados além do ambiente escolar (BRASIL, 2018).

Todavia, foi percebido na literatura a falta de estudos que objetivam investigar os conteúdos desenvolvidos nas aulas de educação física, surgindo a questão-problema: quais conteúdos de Educação Postural estão sendo desenvolvidos nos anos finais do ensino fundamental? Mediante a isto, o presente trabalho tem como objetivo analisar os conteúdos voltados para a Educação Postural desenvolvidos na educação física escolar dos anos finais do ensino fundamental.

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **2.1 POSTURA E HÁBITOS POSTURAIS**

A postura é entendida como a posição de sustentação que o corpo assume para executar atividades, sendo realizada da melhor maneira quando mantida com esforço muscular mínimo que distribua compativelmente as cargas de energia, evitando movimentos compensatórios e prejudiciais (BENINI; KAROLCZAK, 2010; MARQUES; HALLAL; GONÇALVES, 2010). Ela é capaz de refletir os sentimentos pertinentes aos momentos que o indivíduo vivencia, através dos segmentos corporais que se sobrepõem para desenvolver diversas posições do corpo quer seja sentada, em pé ou andando (MATOS, 2013, p.17).

Compreende-se assim, que a boa postura está relacionada ao bem-estar pessoal, tendo em vista que o bem-estar pessoal se refere a “sentir-se globalmente bem ao longo do ciclo vital” (SARRIERA et al., 2012, p.92). Uma boa postura depende diretamente do conhecimento e do relacionamento dos indivíduos em relação ao próprio corpo, ou seja, da imagem que cada um tem de si, em cada momento. Desta forma, só é possível manter a boa postura se tivermos um bom conhecimento do corpo, associado a estímulos sensoriais e modelos posturais adequados (BENINI; KAROLCZAK, 2010).

Uma boa postura é definida como a posição do corpo que envolve o mínimo de sobrecarga das estruturas, com o menor gasto energético para o máximo de eficiência

do corpo, podendo indicar a posição em relação aos seguimentos corporais quando realizada durante o repouso ou em atividades (MARQUES; HALLAL; GONÇALVES, 2010.).

A má postura pode ser categorizada como momentânea e/ou estrutural, considerando que, a momentânea é reproduzida esporadicamente, dependendo de situações específicas e que não apresentam uma deformidade óssea, e a estrutural pode ser adquirida através de maus hábitos posturais ou alterações de um ou mais segmentos corporais (MATOS, 2013, p.17).

Isso se dá devido ao entendimento de que o corpo é composto por um conjunto de segmentos equilibrados, e caso haja deslocamento de uma das partes, as demais se organizam para compensar a alteração. Entretanto, essas adequações implicam em um maior gasto energético e possivelmente sobrecargas adicionais sobre um ou mais segmentos corporais (BRICOT, 2010).

A coluna vertebral fornece estabilidade ao tronco e pescoço, além de proteger a medula espinhal e raízes nervosas, é entendida como o eixo central de sustentação do corpo humano, sendo formada por 33 vértebras, dividido em 7 vértebras cervicais, 12 torácicas, 5 lombares, 5 sacrais e 4 coccígeas, as quais atuam na dissociação das cargas de sustentação. Quando esses segmentos se situam fora do seu eixo, há compensações secundárias que geram a readaptação dos demais segmentos. A coluna ainda possui duas curvaturas fisiológicas naturais: cifótica (na região torácica e sacrococcígeas) e lordose (na região cervical e lombar) (BRICOT, 2010).

Na vida intrauterina, a coluna vertebral se apresenta apenas na posição fetal típica, ou seja, arqueada para a frente em forma de “C”. Esse tipo de curvatura inicial equivale a convexidade torácica e sacrococcígea, todavia, após o nascimento e através de estímulos naturais a criança adquire tonificação do sistema muscular, implicando na modificação da curvatura primária da coluna para a curvatura secundária, que é a que ela usará ao longo da vida. Inicialmente pode ser observado a lordose vertebral na região do pescoço, em seguida a lordose lombar. Essas modificações auxiliam no processo do desenvolvimento da bipedestação e deambulação, portanto, se uma criança não vivenciar alguma fase do desenvolvimento motor normal, poderá influenciar na alteração anormal da curvatura lordótica lombar, acarretando problemas posteriores (MATOS, 2013).

## 2.2 HÁBITOS POSTURAIS DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES E O RISCO À SAÚDE

Na fase da puberdade, a estrutura física está sujeita a diversas mudanças, dentre elas um acelerado desenvolvimento corporal, isso inclui o crescimento ósseo, implicando em que se houver uma deformidade inicial no alinhamento, é nesse momento que alguns grupos musculares serão solicitados, ocasionando maior tensão sobre a coluna e conseqüentemente maior grau de desalinhamento postural (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017). Desta forma, torna-se mais evidente o diagnóstico de deformidades ortopédicas e posturais dessas crianças. Posteriormente, na fase entre 18 e 20 anos de idade é alcançada a fase final de desenvolvimento ósseo, isso destaca a importância de realizar atividade de reabilitação e/ou reeducação antes de que esse indivíduo desenvolva maiores alterações (BRICOT, 2010). Além do fato de que é na infância, durante a escolarização, que o indivíduo tem maior facilidade de adquirir hábitos permanentes, o que poderia a vir contribuir diretamente na adoção de hábitos posturais adequados (BRASIL, 2014).

Os padrões de comportamentos diários favorecem ou desfavorecem diretamente o acometimento de alterações posturais. No ambiente escolar é possível identificar diversas situações, como por exemplo, a carteira que é destinada a ser utilizada por todos os alunos, sem que seja considerado os diferentes padrões corporais de diversas faixas etárias ou a necessidade de um apoio coerente para a escrita. Além disso, ainda tem a má utilização de bolsas para carregar os materiais escolares, sendo elas utilizadas com peso excessivo ou transportada da maneira incorreta (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017).

A coluna vertebral vista de perfil apresenta curvaturas fisiológicas naturais, e as principais alterações posturais são a hiperlordose cervical, hipercifose, hiperlordose lombar e escoliose (MATOS, 2013, p.28).

A coluna cervical é composta por sete vertebbras que representam uma curvatura côncava, posteriormente à região do pescoço (lordose cervical), podendo atingir cerca de 20°, e o aumento dessa curvatura é chamado de hiperlordose cervical, resultando na projeção da cabeça à frente da linha dos ombros simultaneamente à sua extensão em busca do realinhamento da coluna. “Essa patologia está intimamente ligada às atitudes posturais inadequadas e/ou às posturas cotidianas que exijam a manutenção contínua da cabeça em extensão” (MATOS, 2013, p.28).

A musculatura do pescoço e da cabeça fazem a ligação diretamente até o tronco, e com o tempo, ao aumentar seu tônus, pode acarretar em uma deformidade óssea permanente ou de difícil tratamento. Como é o caso da hérnia de disco cervical, que é uma anomalia gerada por uma grande acentuação dessa curvatura, através da sobrecarga nos espaços intervertebrais e nos discos dessa região, isso ocasiona a adaptação dos discos por meio da pressão da área anterior da coluna, deteriorando progressivamente as estruturas discais ou o rompimento de anéis fibrosos. A diminuição dos espaços intervertebrais afeta as raízes nervosas, causando dores cervicais (cervicalgias) ou em membros superiores (cervicobraquialgias) (KENDALL et al., 2007)

A coluna torácica é composta por doze vertebbras que representam uma curvatura convexa posterior a região do tronco (cifose torácica também conhecida como dorsal), por ser formada na vida intrauterina classifica-se como primária. Em padrões normais, a convexidade posterior mede cerca de 30° a 40° e seu aumento é chamado de hipercifose, dorso curvo ou cifose patológica (MATOS, 2013, p. 29). Essa alteração pode ocorrer por diversos fatores, sendo comum na infância, como por exemplo, por desnutrição ou doenças que provocam a perda de massa muscular, na puberdade devido ao rápido desenvolvimento do corpo e a má postura nas atividades diárias (MATOS, 2013, p. 29). Essas alterações requerem a manutenção da musculatura peitoral, dorsal e abdominal.

A coluna lombar pode sofrer desequilíbrios por meio dos segmentos corporais superiores. A lordose é tida como a concavidade posterior da coluna vertebral, mede cerca de 50° de curvatura, acima disso é classificada como hiperlordose, essa situação pode se acentuar devido ao aumento da obliquidade pélvica ou pela extensão do tronco posterior a linha de gravidade, desencadeando um desequilíbrio corporal. Nesse sentido Bricot (2010) ressalta que, realizar atividades com posturas inadequadas, juntamente com anormalidades fisiológicas resulta nas principais causas de hiperlordose lombar.

A escoliose é uma inclinação lateral da coluna com componente rotacional dos segmentos vertebrais e a rotação parte da contração de músculos do tronco que rodam as vertebbras quando elas se inclinam, entretanto, há a escoliose postural que é sem o componente rotacional, causada por atitudes e encurtamentos musculares

(BRICOT, 2010). A escoliose não tratada tende a causar rigidez osteomusculares da região escoliótica, essa alteração pode ser identificada por meio de diversas formas, como, através de testes e exames posturais (MATOS, 2013, p. 31).

### 2.3 A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR E A EDUCAÇÃO POSTURAL

A escola é um ambiente de ensinamentos e aprendizagens, onde a educação física contribui para influenciar os alunos a adquirir hábitos e atitudes significativas para o bom desenvolvimento social e pessoal que possam ser desenvolvidas por toda a vida (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017).

A educação física escolar é um componente curricular obrigatório que está inserida em todos os níveis da educação básica e contribui decisivamente na capacidade de percepção, por meio de atividades que estimulam estruturas mentais insubstituíveis na formação do raciocínio. Compreende ainda no ensino de conceitos, princípios, valores e conhecimentos sobre o movimento humano em distintas dimensões, e é direcionada por perspectivas de inclusão, diversidade, cidadania, educação, lazer, esporte, saúde e qualidade de vida (BRASIL, 2014).

A educação física escolar é percebida como ferramenta fundamental e potencializadora para a promoção de práticas formativas para a saúde, através de momentos proporcionados durante as aulas, na realização de atividades que visam enfrentar e gerir desafios, de modo individual, coletivo e social. E ainda, é capaz de incentivar os bons hábitos que não devem se restringir apenas aos tempos de aula da disciplina, mas cotidianamente dentro e fora do ambiente escolar (WACHS; ALMEIDA; BRANDÃO, 2016).

Dentre os conteúdos desenvolvidos na disciplina de educação física, em qualquer nível de ensino será possível observar que o tema “conhecimentos sobre seu próprio corpo” se faz presente, embora essa denominação seja descrita de maneira diferente, utiliza objetivos semelhantes em sua realização para todas as etapas, fazendo com que o aluno possa adquirir conhecimentos sobre si. Em relação à saúde, a educação física é tida como o principal componente curricular para abordar conteúdos que incentivam a prática de hábitos saudáveis (BRASIL, 2014).

Para Braccialli e Vilarta (2000), o ser humano, no que diz respeito a biomecânica, não foi gerido para permanecer longos períodos de tempo na posição sentada, ou em posições estáticas. Nesse sentido, é comum crianças e adolescentes se queixarem de dores nas costas, muitas vezes, ocasionadas por posturas corporais inadequadas adotadas, tanto em casa, como no ambiente escolar.

A preocupação com os problemas posturais inicia-se desde a infância. No ambiente escolar, a Educação Postural já deveria estar presente, principalmente em relação ao comportamento adotado em sala de aula, especificamente nos momentos em que a criança permanece na posição sentada, sendo esta situação vivenciada pelo aluno durante quase todo o período de aula (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017). Algumas alterações, como hiperlordose e escoliose, tendem a se originar na fase de desenvolvimento corporal e crescimento, além disto, nesse mesmo período o indivíduo está envolvido com as atividades escolares, implicando que a coluna tenha maior exposição a alterações, tanto pelo fato de se carregar muito peso nas mochilas escolares, como também pela postura na hora de sentar e assistir as aulas (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017).

Outro fator que pode vir a influenciar na postura em sala de aula, é que em uma sala geralmente encontram-se vários alunos com diferentes estaturas, porém as carteiras e mesas escolares têm as mesmas medidas, e não são ajustadas/ajustáveis

às necessidades individuais. Os alunos mais altos tendem a adotar uma postura sentada, relaxada, com flexão exagerada do quadril, levando a uma inclinação pélvica posterior e flexão a coluna lombar (REGO; SCARTONI, 2008).

A Educação Física escolar é uma importante aliada para combater essas alterações posturais na infância. De acordo com Candotti, Rohr e Noll (2011) a Educação Física escolar, torna-se um dos meios para a prevenção de alterações na coluna vertebral, através de suas atividades físicas e teóricas orientadas por profissionais qualificados. A responsabilidade quanto à Educação Postural está prevista na Base Nacional Comum Curricular, assim como, conteúdos sobre as funções fisiológicas, biomecânicas, bioquímicas e anatômicas (BRASIL, 2018).

No que se refere a Educação Postural, a Educação Física Escolar pode contribuir com a realização de diagnósticos e intervenções para conscientizar os alunos sobre a necessidade de conhecer o próprio corpo, com ações conscientes e preventivas sobre os problemas posturais. Pois por mais que nessa fase escolar se tenha um aumento nas alterações posturais, essa mesma fase é a ideal para prevenir e recuperar as alterações da coluna de forma (CANDOTTI; ROHR; NOLL, 2011, WACHS; ALMEIDA; BRANDÃO, 2016).

É pontuado que o professor de Educação Física deve colaborar nas ações preventivas para possíveis alterações posturais, bem como na detecção precoce das mesmas, pois podem planejar formas de intervenção pedagógica objetivando a consciência corporal do aluno, para que estes adotem cuidados com a sua postura dentro e fora do ambiente escolar (BRASIL, 2018).

Considerando-se que na escola o professor de Educação Física é o profissional mais bem preparado para realizar avaliação da postura corporal dos alunos e atuar em programas de intervenção destinados à reeducação da postura, a atuação multidisciplinar dos professores poderá auxiliar o escolar a compreender a importância da postura corporal correta para a melhoria de sua saúde e qualidade de vida.

### **3 MATERIAIS E MÉTODOS**

O presente trabalho é resultado de uma pesquisa de campo, com objetivo descritivo (GIL, 2008). Se apropriando predominantemente da abordagem quantitativa, que de acordo com Lakatos e Marconi (2009) busca provar hipóteses através de dados que estabeleçam padrões de comportamento.

O estudo ocorreu em todas as escolas do ensino básico, que fornecem os anos finais do nível fundamental, sendo de responsabilidade pública ou privada e estando situadas dentro do perímetro urbano do município de Altamira-PA. Participaram 27 Professores de Educação Física.

Para a coleta dos dados foi utilizado um questionário, composto por 21 perguntas, sendo 20 fechadas e 1 aberta, desenvolvido e validado por Candotti, Rohr e Noll (2011), procurando abordar assuntos relacionados à Educação Física escolar, mais especificamente à práticas que envolvam a Educação Postural. Para análise dos dados das questões fechadas foi utilizada a estatística descritiva apenas no 1º grau, com auxílio do software Excel, versão 2016. Esta etapa conforme Gil (2008) consiste na descrição dos dados e a avaliação das generalizações obtidas a partir desses dados. Para análise da questão aberta foi utilizada a técnica ídeo-central de Teixeira (s/d), na qual procura apresentar apenas a ideia central ou ideia chave, em seguida, elas devem ser reunidas e agrupadas em núcleos de sentido central. Além disso, foi aplicada a técnica de evocação livre de palavras que para Tavares et al. (2014), por meio da indução é possível revelar informações associadas a ela que estão

armazenadas no psicológico do indivíduo. Desta forma, foi utilizado o termo “fatores de risco associados à problemas posturais em escolares”, os dados obtidos foram reunidos mediante as concepções centrais alcançadas individualmente, sendo que, os mais evocados são identificados como categoria principal, os demais termos são classificados nas categorias seguintes de maneira crescente.

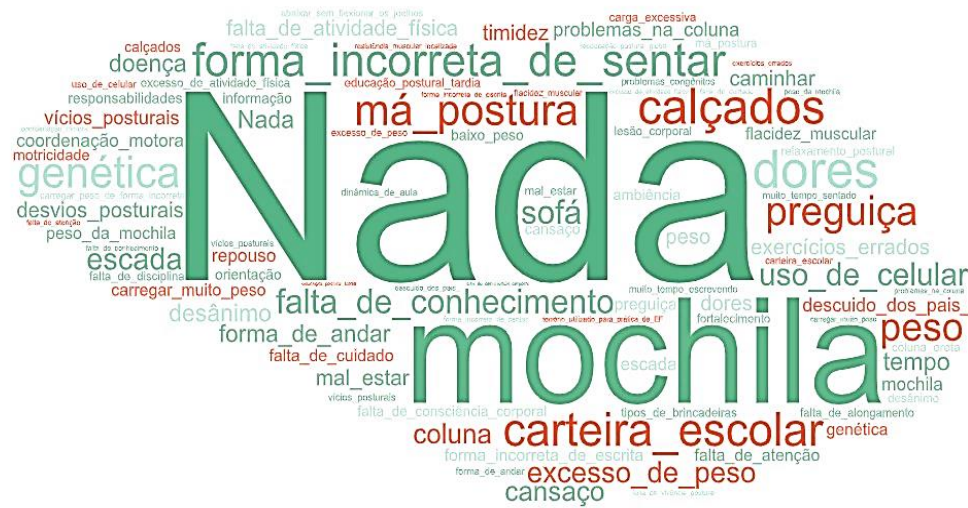
Ao se tratar dos aspectos éticos, o projeto desta pesquisa foi submetido à Plataforma Brasil para avaliação do Comitê de Ética em Pesquisa, seguindo os critérios estabelecido pela Resolução 466/12 (CNS) que assegura estudos realizados em seres humanos, estando este registrado sob o CAAE Nº 15775219.4.0000.8767. Seguindo as ordens éticas da resolução todos os participantes da pesquisa assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) que foi lido e explicado individualmente, para desse modo levar ao conhecimento do indivíduo sobre sua inclusão na pesquisa e informar que a mesma será voluntária e sua identidade mantida em total sigilo.

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A pesquisa contou com a participação de 27 professores de educação física, sendo 14 do sexo feminino e 13 do sexo masculino, com a faixa etária média de  $35,15 \pm 8,03$  anos de idade. Dentre os participantes, 85,19% atuam em escolas públicas municipais e 14,81% em escolas particulares, e possuem média de  $8,37 \pm 3,69$  turmas. No que diz respeito à carga horária semanal de trabalho, 48,15% trabalha 20 horas semanais, 48,15% possui 40 horas semanais e apenas 3,70% trabalha 60 horas semanais.

A técnica de evocação livre de palavras, partiu do termo indutor “fatores de risco associados à problemas posturais em escolares”, obteve-se o total de 162 palavras evocadas, as quais estão apresentadas na figura 1 a seguir.

**Figura 1** – Representação das palavras evocadas em nuvem de palavras.



Fonte: Pesquisa de campo.

Fazendo uma análise dos termos evocados, observou-se escassez de conhecimentos acerca do tema exposto, visto que a ideia central foi a expressão “nada”. Desta forma, a categoria principal identificada aponta preocupações quanto ao conhecimento dos professores acerca do conteúdo Educação Postural.

Neste sentido, faz-se necessária a ampliação de saberes mediante ao



desenvolvimento de ações educativas por estes profissionais dentro do meio escolar, visto que esta tarefa requer domínio de conhecimentos e conteúdos pertinentes. Corroborando, Alves e Aerts (2011) dizem que a consciência acerca dos temas relacionados a educação em saúde deve ser garantida e desenvolvida dentro do ambiente escolar, pois é dever do professor elaborar ações educativas adequadas a transformar comportamentos.

Por conseguinte, as palavras “mochila” e “forma incorreta de sentar” são os termos mais próximos da ideia central.

A “mochila” é uma ferramenta comumente utilizada pelos estudantes por ser o meio para transportar seus materiais escolares e utensílios pessoais, mas quando usada de maneira incorreta na forma de carregar ou com peso acima do recomendado, pode causar danos físicos, como um desequilíbrio corporal, má postura, desalinhamento dos segmentos corporais ou desvios posturais (MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017). Desta forma, é indispensável que profissionais que possuem conhecimentos acerca do uso correto deste utensílio repassem informações para que os alunos o utilizem de maneira apropriada.

A “forma incorreta de sentar”, está associada com a postura inadequada para manter a posição sentada, considerando que esta posição advém da situação na qual o corpo transfere o peso para o assento por meio dos segmentos corporais e para o solo através dos pés, entretanto, esta posição deve ser considerada como um comportamento que está além da postura estática (MARQUES; HALLAL; GONÇALVES, 2010). Diante disto, estudos que envolvem avaliação postural mostram que este fator vem sendo uma das preocupações relacionadas a problemas posturais, pois a postura inadequada realizada nessa posição por longos períodos pode comprometer significativamente várias regiões da coluna vertebral. Benini e Karolczak (2010) ressaltam que na sociedade atual há maior probabilidade de que os indivíduos passem mais tempo sentados devido aos estilos de vida adotados. E dentro do ambiente escolar, eles tendem a estabelecer posturas mais cômodas devido ao tempo em que passam na escola, por outro lado, ocupam posições inadequadas ao considerarmos a padronização dos acentos em relação aos fatores individuais.

Nessa perspectiva, entende-se que há necessidade de que o professor de Educação Física trabalhe em suas aulas a conscientização dos alunos quanto a boa postura para manter distintas posições, como sentada, em pé ou andando.

O termo “carteira escolar” foi o terceiro termo mais evocado, pois refere-se ao objeto que os alunos utilizam para passar grande parte do tempo dentro do ambiente escolar. No entanto, faz-se necessário lembrar que possuem diferenças entre peso, altura e mão predominante de escrita, fatores estes que se referem a individualidade biológica, dificultando assim o uso de um único modelo de cadeira para todos, podendo causar desconfortos ou até mesmo problemas posturais (MARQUES; HALLAL; GONÇALVES, 2010). Nesse sentido é possível perceber que os professores entendem a carteira escolar como um fator de risco para problemas posturais, desta forma, cabe ao professor mediar ações que visem a conscientização dos alunos quanto a esta debilidade.

Entre os termos mais evocados ainda estão as expressões “má postura” e “falta de conhecimento”. A “má postura”, de acordo com Bueno e Rech (2013), é caracterizada pela posição na qual ocorre sobrecargas nos segmentos corporais, devido a necessidade de manter equilíbrio em uma postura inadequada, sendo esta condição acometida por questões musculares ou emocionais, e podem resultar em desvios posturais ou estruturais.

A “falta de conhecimento” ressaltada pelos professores consiste na carência

de saberes quanto à Educação Postural. Este fator é um dos principais itens envolvidos nos objetivos de intervenções e estudos relacionados ao tema, pois através do conhecimento repassado em estratégias educativas é possível reduzir o índice de pessoas que são acometidas por problemas posturais ocasionados por permanências em posições inadequadas (VIEIRA et al., 2015, SEDREZ et al., 2015, MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017)

Levando em consideração que mesmo estando afastados da ideia central foram termos que apareceram entre as evocações realizadas pelos professores, sabe-se então que a “má postura” e a “falta de conhecimento” são fatores de risco comumente observados no âmbito escolar, sendo necessário estratégias teóricas e práticas que visem atenuar estes fatores contribuindo com a promoção da saúde e qualidade de vida.

Os demais termos, foram evocados poucas vezes, conseqüentemente estão muito distantes da ideia central dos professores.

Quando questionados sobre quais assuntos são abordados em suas aulas, das opções disponibilizadas, 100% trabalham “esportes, jogos, lutas e ginásticas, 70,37% trabalham com “atividades rítmicas e expressivas” e 85,19% emprega “conhecimentos sobre o corpo humano”. Diante dos achados, percebe-se que todos os professores participantes do presente estudo estão desenvolvendo os conteúdos direcionados pela BNCC, portanto, oferecendo aos alunos diversas possibilidades de aprendizagens (BRASIL, 2018).

Reforçando acerca da importância da educação física como componente curricular, Brasileiro et al. (2016) dizem que a educação física é capaz de trabalhar inúmeras vivências e experiências qualificadas para interpretações conscientes dos estudantes, para que estes se apropriem de ações que beneficiem sua realidade, necessidades e motivações humanas. Assim, toda práxi possibilita ao sujeito acesso a perspectivas de diferentes conhecimentos, que de outra forma talvez seria impossível. Logo, compreende-se que a experiência é uma forma de gerar conhecimento de maneira particular e imprescindível, priorizando, “[...] problematizar, desnaturalizar e evidenciar a multiplicidade de sentidos e significados que os grupos sociais conferem às diferentes manifestações da cultura corporal de movimento” (BRASIL, p. 100, 2018). Assim, é recomendável que os professores trabalhem o máximo de manifestações, para ampliar o leque de informações repassadas em suas aulas. Diante do valor salientado a cada temática trabalhada dentro da disciplina de Educação Física é possível constatar que os assuntos abordados têm grande valia pois são auxiliares na construção pessoal e social.

No entanto, ao falar especificamente acerca dos “conhecimentos sobre o corpo humano”, nota-se que nem todos eles utilizam esse conteúdo. Desta forma, ao questionar os que trabalham “conhecimentos sobre o corpo humano”, quais assuntos estão inseridos nessa temática, 4,35% disseram empregar biomecânica da coluna vertebral, 4,35% cuidados com o corpo, 4,35% funcionalidades dos sistemas, 4,35% anatomia da coluna vertebral e biomecânica, 4,35% anatomia da coluna vertebral e funcionalidades dos sistemas, 8,70% avaliação física, 8,70% anatomia básica: divisão corporal, 34,75% anatomia da coluna vertebral e 14,81% não responderam a essa questão pois não trabalham o conteúdo conhecimentos sobre o corpo humano.

Entre os conteúdos abordados nota-se que todos possuem relação com a Educação Postural, pois tratam de questões associadas à temática principal. Nesse sentido, os conteúdos identificados são capazes de trabalhar a Educação Postural, no entanto, de maneira generalizada, visto que, existem conteúdos específicos para essa estratégia educativa que não foram identificados no estudo, mas fazem parte de

programas e ações que trabalham a Educação Postural.

As preocupações com a postura ocorrem desde o século passado, há relatos de programas com objetivos pertinentes desenvolvidos em 1969 (BENINI; KAROLCZAK, 2010). Chung (1996) relata a realização de programas educativos executados em distintos lugares do mundo, como a Escola Sueca, Escola Canadense, Escola Americana e Escola Brasileira. Em estudos mais recentes, os conteúdos desenvolvidos nas ações seguem as temáticas hábitos posturais: sentar na cadeira com as costas apoiadas no encosto e os pés apoiados no chão ou em uma caixinha, transportar mochila nas costas e com apoio bilateral, dormir na postura de lado, forma correta de pegar objeto do chão, alertar para a não adoção do hábito de ler e/ou escrever na cama, coluna vertebral, execução correta das atividades de vida diária (AVD), caminhar, sentar, levantar, postura ao escrever, postura para utilizar o computador (CANDOTTI et al., 2011, SANTOS et al., 2017, VIEIRA et al., 2015). Nesta perspectiva, entende-se que a Educação Postural possui diversidade de conteúdo a serem trabalhados nas orientações e cabe ao professor selecionar as temáticas necessárias.

Sobre a formação profissional, foi perguntado se no período da graduação cursaram a disciplina Educação Postural ou alguma semelhante, e 14,81% disse que sim, 18,52% disse que não, 18,52% disse que não se recorda e 48,15% disse que foi realizada uma semelhante, nesse sentido mais de 50% relataram ter cursado disciplinas que sejam semelhantes ou específicas para a Educação Postural.

Este achado destaca que grande parte dos professores possuem algum conhecimento acerca do tema Educação Postural, no entanto, poucos afirmaram ter cursado essa disciplina, logo, percebe-se assim uma falta de direcionamento específico na formação desses professores, considerando que tal conteúdo é previsto na BNCC e deveria ter como base a formação profissional. Neste sentido, tendo em vista a manutenção e ampliação dos saberes, é importante que o professor atualize seus conhecimentos para facilitar o processo de ensino aprendizagem e se manter informado acerca de modificações ou novidades da área (ALVES; AERTS, 2011). Percebe-se ainda que a maior parte dos professores participantes da pesquisa detém conhecimentos afins e específicos a respeito do tema Educação Postural, mas necessitam ampliar essas experiências.

Dentre os que relataram ter cursado a disciplina específica ou semelhantes, 30,78% informaram a disciplina “medidas e avaliações”, 23,08% “cinesiologia”, 15,38% “biomecânica e cinesiologia”, 15,38% “várias”, 7,69% “cinesiologia do exercício” e 7,69% “não lembra qual”.

Silva (2015) diz que a “biomecânica” é originada das ciências naturais, que empregam diferentes métodos de análise dos sistemas biológicos, incluindo movimentos corporais para assim, analisar a movimentação em diferentes aspectos e a “cinesiologia” é tida como o ramo da ciência que estuda o movimento humano e animal, sendo que a palavra cinesiologia é derivada do grego *Kinesis*, que significa movimento e *logos*, que significa estudo, desta forma, é possível entendê-la como o estudo do movimento.

A disciplina “medidas e avaliações” atribui aos participantes conhecimento acerca de testes, grandezas, protocolos, medidas e técnicas necessárias para obter e compreender dados estatísticos (ESTRELA, 2006). Nessa perspectiva, as disciplinas relatadas pelos professores podem ser associadas ao tema Educação Postural, pois as mesmas possuem relações afins.

Foi questionado ainda se consideram relevante ensinar conteúdos sobre Educação Postural, no qual 100% afirmou ser importante. Todavia, ao ser indagado

se os mesmos se consideram aptos a falar e vivenciar com seus alunos as questões referentes à Educação Postural, 74,08% disseram que sim, 11,11% disseram que não, 11,11% disseram depende e 3,70% informaram depende, apenas basicamente. Estudos apontam que grande parte dos problemas de saúde da população denotam da falta de informação, logo, percebe-se que as orientações repassadas por professores é fundamental na vida dos educandos, uma vez que é através dessas experiências que eles podem adquirir conhecimentos e perceberem que são responsáveis pela própria saúde, desta forma, surge a possibilidade de aquisição de hábitos de vida saudáveis (ALVES; AERTS, 2011). Desta forma, nota-se que ao professor de Educação Física é atribuída a responsabilidade de apresentar novas possibilidades aos educandos e assim auxiliar na formação pessoal.

Foi perguntado aos professores, quais assuntos fazem parte dos conteúdos de Educação Postural, entre as opções fornecidas pelo questionário 88,89% identificaram consciência corporal, 74,07% anatomia, 59,26% Atividades de Vida Diária (AVDS), 44,44% psicomotricidade, 44,44% biomecânica, 40,74% corporeidade, 37,04% fisiologia, 29,63% escola postural, 25,93% cinesiologia e 11,11% posturologia.

Através da anatomia é possível apresentar as vertebrae, discos, musculaturas e segmentos que compõem a coluna vertebral e o corpo humano. Contudo, a partir dos conhecimentos repassados com essas informações os participantes obterão mais conhecimentos do próprio corpo e assim torna-se possível a aquisição da consciência corporal (ALVES; AERTS, 2011; BRASILEIRO et al., 2016).

Escola Postural é uma terminologia variada da expressão *Back School* utilizada para identificar um programa de Educação Postural, além deste termo, também podem ser encontrados na literatura estudos que utilizam o termo Escola de Coluna e Escola de Postura (NOLL et al., 2013).

A posturologia é caracterizada pelo estudo da postura, na qual consiste na realização de testes e observações das especificidades e condições dos indivíduos, afim de identificar alterações posturais e especular tratamentos ou ações que auxiliem a prevenção de problemas (BRICOT, 2010).

As AVD's consistem na execução de ações que são frequentemente realizadas por um indivíduo. Sendo que quando as AVDS são executadas cotidianamente de maneira inadequada acarretam problemas posturais como desequilíbrio, dor ou alteração postural (REGO; SCARTONI, 2008; SEDREZ et al., 2015).

Diante disso, é notável que os professores possuem conhecimentos acerca do tema, entretanto, devem aprimorar esses entendimentos visando a melhor execução dos planos de aula que envolvem esse conteúdo, haja visto que os termos posturologia, cinesiologia e escola postural foram os menos afirmados pelos professores, mas nos programas de Educação Postural são vistos como terminologias comuns (BENINI; KAROLCZAK, 2010, VIEIRA et al., 2015, SEDREZ et al., 2015, MORAIS; VIANA; MANGUEIRA, 2017).

No que se refere a percepção dos professores quanto ao período da vida em que deve ser iniciada a Educação Postural, 40,75% responderam a partir de 5 anos de idade, 33,33% a partir de 1 ano, 22,22% a partir de 10 anos e apenas 3,7% a partir de 15 anos de idade. De acordo com Gallahue (2013) a partir do ensino fundamental é mais propício que os ensinamentos alcancem eficiência, pois nos períodos antepostos os indivíduos estão na fase de grande desenvolvimento cognitivo e motor, deste modo, é possível que o tema seja muito complexo para o desempenho de novas habilidades. Neste sentido, os professores demonstram não se ater desse requisito, pois, mais da metade dos participantes informaram idades equivocadas, logo, entende-

se que esse fator pode ser prejudicial ao desenvolvimento de conteúdo dentro da Educação Física Escolar.

No que diz respeito a conceituação de boa postura pelos professores, 37% responderam se tratar do alinhamento dos seguimentos corporais, 22,2% consciência corporal, 14,9% capacidade funcional adequada, 11,1% conhecimento corporal, 3,7% postura confortável, 3,7% ausência de algias, 3,7% bons cuidados corporais e 3,7% não responderam nada.

De acordo com Benini e Karolczak (2010, p.347) “A boa postura refere-se àquela que a pessoa mantém com esforço muscular mínimo, estabelecendo uma maneira individual de sustentação do corpo, orientada em função da linha de gravidade”. Nesse sentido, todos os professores corroboraram com os autores ao conceituar a boa postura.

A boa postura deve ser entendida pelo professor de Educação Física pois é a partir dela que o educador vai mediar conhecimentos acerca da execução correta de exercícios e realização das demais atividades, assim este fator torna-se fundamental na vida dos estudantes e professores.

## **5 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Levando em consideração os dados apontados pela pesquisa, foi possível perceber que grande parte dos professores participantes trabalham o tema Educação Postural na escola. Todavia, deve-se intensificar as práticas educativas que estimulam o entendimento de que os indivíduos são responsáveis por sua própria saúde, além de garantir ações de cuidados com o próprio corpo, são imprescindíveis na prática pedagógica dos professores de educação física.

Além disso, é necessário também que com base nas disciplinas que os professores tiveram na sua formação, os mesmos desenvolvam orientações e práticas capazes de tornar possível a aquisição de novos conhecimentos e modificação dos hábitos cotidianos, em busca da melhoria da saúde e do bem-estar geral dos educandos.

Cabe ressaltar que apesar de todos os professores acharem importante trabalhar com essa temática, foram identificados apenas os conteúdos, biomecânica da coluna vertebral, cuidados com o corpo, anatomia da coluna vertebral, avaliação física e anatomia básica: divisão corporal. Desta forma, poucos assuntos foram identificados, houve uma limitação do aprofundamento do conteúdo em questão por parte dos professores. Nessa perspectiva, destaca-se que os professores compreendem a importância da Educação Postural para os escolares e possuem conhecimentos acerca do conteúdo, no entanto, grande parte dos professores limitam sua prática pedagógica. Desta maneira, faz-se necessário repensar sobre a execução deste conteúdo, tendo em vista que não trabalhar com esse tema implica na existência de uma lacuna de conhecimentos na vida desses escolares.

Nesse sentido, ressalta-se a importância de promover uma formação continuada aos professores, bem como atualização dos conhecimentos e produção de materiais educativos que facilite aos professores trabalhar com conteúdos como Educação Postural, ou até mesmo possibilite aos professores realizar avaliações posturais no âmbito escolar, pois desta forma vai contribuir diretamente na prevenção de problemas posturais. O presente trabalho não tem como objetivo ser conclusivo sobre a temática, mas sim busca incentivar a produção de conhecimentos acerca do tema até mesmo na aplicação de conteúdos.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, G. G.; AERTS, D.. As práticas educativas em saúde e a Estratégia Saúde da Família. **Ciência & Saúde Coletiva**, Canoas Rs., v. 1, n. 16, p.319-325, 2011.
- BENINI, J.; KAROLCZAK, A. P. B.. Benefícios de um programa de educação postural para alunos de uma escola municipal de Garibaldi, RS. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 17, n. 4, p.346-351, dez. 2010.
- BRACCIALLI, L. M. P.; VILARTA, R. Aspectos a serem considerados na elaboração de programas de prevenção e orientação de problema posturais. **Revista Paulista de Educação Física**, v.14, n.1, p.16-28, 2000.
- BRASIL. Conselhos Federais e Regionais de Educação Física - CONFEF (Org.). **Recomendações para a educação física escolar**. Online, 2014.
- BRASIL. Ibge. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística - IBGE. **Pesquisa nacional de saúde: percepção do estado de saúde, estilos de vida e doenças crônicas**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2013.
- BRASIL. **Ministério da Educação**. Base Nacional Comum Curricular - BNCC. versão final. DF: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>. Acesso em: 28 outubro 2019.
- BRASILEIRO, L. T. et al. A cultura corporal como área de conhecimento da educação física. **Pensar a Prática**, Goiânia, v.19, n. 4, p.1003-1013, out. 2016.
- BRICOT, B.. **Posturologia Clínica**. São Paulo: Cies Brasil, 2010. 263 p. Tradução: Vilma Bouratoff. Tradução de: La reprogrammation posturale globale.
- BUENO, R. de C. de S.; RECH, R. R.. Desvios posturais em escolares de uma cidade do Sul do Brasil. **Revista Paulista de Pediatria**, Caxias do Sul, v. 31, n. 2, p.237-242, nov. 2013.
- CANDOTTI, C. T. et al. Efeitos de um programa de educação postural para crianças e adolescentes após oito meses de seu término. **Revista Paulista de Pediatria**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 4, p.577-583, fev. 2011.
- CANDOTTI, C. T.; ROHR, J. E.; NOLL, M.. A educação postural como conteúdo curricular da Educação Física no Ensino Fundamental II nas escolas da Cidade de Montenegro/RS. **Movimento**, Porto Alegre, v. 17, n. 03, p.57-77, jul. 2011. Disponível em: <http://www.seer.ufrgs.br/Movimento/article/viewFile/18173/14372>. Acesso em: 20 ago. 2018.
- CHUNG, T. M.. Escola de Coluna: Experiência do Hospital das Clínicas da Universidade de São Paulo. **Acta Fisiátrica**, São Paulo, v. 3, n. 2, p.13-17, dez. 1996.
- GALLAHUE, D. L. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7. ed. Porto Alegre: Dados Eletrônicos, 2013.

- GIL, A. C.. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- KENDALL, F. P. et al. **Músculos provas e funções**. 5. ed. Barueri. Sp: Manole, 2007. 550 p. Tradução: Marcos Ikeda.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. A.. **Metodologia científica**. 5. Ed. 3.Reimpr. São Paulo: atlas, 2009.
- MARQUES, N. R.; HALLAL, C. Z.; GONÇALVES, M.. Características biomecânicas, ergonômicas e clínicas da postura sentada: uma revisão. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 17, n. 3, p.270-276, set. 2010.
- MATOS, O. de. Avaliação postural e prescrição de exercícios corretivos. São Paulo: Phorte, 2013.
- MORAIS, C. de A.; VIANA, R. T.; MANGUEIRA, J. de O.. Alterações posturais em adolescentes e seus fatores associados: revisão sistemática de literatura. **Revista Interdisciplinar Ciências Médicas**, Mg, v. 1, n. 1, p.123-142, jul. 2017.
- NOLL, M. et al., Escolas posturais desenvolvidas no Brasil: revisão sobre os instrumentos de avaliação, as metodologias de intervenção e seus resultados. **Revista Brasileira de Reumatologia**, Porto Alegre, v. 54, n1, p. 51-58, abr. 2013.
- REGO A.R.O.N.; SCARTONI F.R. Alterações posturais de alunos de 5ª e 6ª séries do Ensino Fundamental. **Editora Fitness Performance Journal**, 2008. Disponível em: [http://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero\\_articulo?codigo=2934183&orden=0](http://dialnet.unirioja.es/servlet/fichero_articulo?codigo=2934183&orden=0). Acesso em: 05 nov. 2018.
- SANTOS, N. B. dos et al. Efeitos imediatos e após cinco meses de um programa de educação postural para escolares do ensino fundamental. **Revista Paulista de Pediatria**, Porto Alegre, v. 35, n. 2, p.199-206, maio 2017.
- SARRIERA, J. C.; XIMENES, V. M.; BEDIN, L.; RODRIGUES, A. L.; SCHUTZ, F. F.; MONTSERRAT, C.; SILVA, C. L. Bem-estar pessoal de pais e filhos e seus valores aspirados. **Aletheia**, 37, 91-104, 2012.
- SEDREZ, J. A. et al. Fatores de risco associados a alterações posturais estruturais da coluna vertebral em crianças e adolescentes. **Revista Paulista de Pediatria**, Porto Alegre, v. 33, n. 1, p.72-81, jan. 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n1/pt\\_0103-0582-rpp-33-01-00072.pdf](http://www.scielo.br/pdf/rpp/v33n1/pt_0103-0582-rpp-33-01-00072.pdf). Acesso em: 02 dez. 2018.
- SILVA, V. R. **Cinesiologia e biomecânica**. Rio de Janeiro: Seses, 2015.
- TAVARES, D. W. da S. et al. Protocolo verbal e teste de associação livre de palavras: perspectivas de instrumentos de pesquisa introspectiva e projetiva na ciência da informação1. **Ponto de Acesso**, Salvador, v. 8, n. 3, p.64-79, 2014.
- TEIXEIRA, E.. **Análise de dados passo a passo**. (S/d). Disponível em: [http://astresmetodologias.com/material/Metodologia\\_da\\_Pesquisa/Analise\\_Passo\\_A](http://astresmetodologias.com/material/Metodologia_da_Pesquisa/Analise_Passo_A)

\_Passe.ppt. Acesso em: 27 outubro 2019.

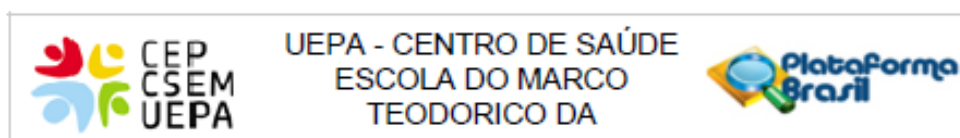
VIEIRA, A. et al. Efeitos de um programa de educação postural para escolares do terceiro ano do Ensino Fundamental de uma escola estadual de Porto Alegre (RS). **Fisioterapia Pesquisa.**, Porto Alegre, v. 22, n. 3, p. 239-245, jul. 2015.

VIEIRA, A.; SOUZA, J. L. de. Concepções de boa postura dos participantes da Escola Postural da ESEF/UFRGS. **Movimento.** Porto Alegre, v. 8, n. 1, p.9-20, abr. 2002.

WACHS, F.; ALMEIDA, U. R.; BRANDÃO, F. F. de F. (Org.). **Educação Física e Saúde Coletiva:** cenários, experiências e artefatos Culturais. Porto Alegre: Rede Unida, 2016. 379 p.



## ANEXO A - Parecer consubstanciado do CEP



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** Educação Postural na escola: conteúdos desenvolvidos por professores de Educação Física em escolas de ensino fundamental

**Pesquisador:** José Roberto Zaffalon Júnior

**Área Temática:**

**Versão:** 1

**CAAE:** 15775219.4.0000.8787

**Instituição Proponente:** CCBS/UEPA- Curso de Educação Física Campus IX

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 3.423.767

#### Apresentação do Projeto:

Projeto de pesquisa intitulado "Educação Postural na escola: conteúdos desenvolvidos por professores de Educação Física em escolas de ensino fundamental". Trata-se de uma pesquisa de campo, de caráter descritivo e se apropriará de uma abordagem quali quantitativa. A pesquisa será realizada com professores de Educação Física atuante nos anos finais do Ensino Fundamental da zona urbana do município de Altamira. Para a coleta de dados, será utilizado um questionário validado. Além desta ferramenta, será utilizada a técnica de associação livre de palavras.

#### Objetivo da Pesquisa:

**OBJETIVO GERAL:** Analisar os conteúdos voltados para a educação postural desenvolvidos na educação física escolar do ensino fundamental.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Identificar os conteúdos sobre educação postural desenvolvidos na educação física escolar dos anos finais do ensino fundamental;
- Descrever os conteúdos sobre educação postural desenvolvidos na educação física escolar dos anos finais do ensino fundamental;
- Evocar os fatores de risco para os desvios posturais entre escolares percebidos por professores de educação física;

**Endereço:** Trav. Perebeul, 2623 - UEPA, Campus II - Unidade de Especialidades  
**Bairro:** Marco **CEP:** 66.093-605  
**UF:** PA **Município:** BELEM  
**Telefone:** (91)3131-1760 **E-mail:** cep.csem.uepa@gmail.com



UEPA - CENTRO DE SAÚDE  
ESCOLA DO MARCO  
TEODORICO DA



Continuação do Parecer: 3.423.787

- Discutir a função da educação física na educação postural de escolares.

**Avaliação dos Riscos e Benefícios:**

Existe o risco de constrangimento e/ou desconforto durante a coleta dos dados, porém os pesquisadores asseguram que as respostas dos questionários se manterão em sigilo, sem a identificação dos participantes da pesquisa, evitando-se o uso indevido das respostas. Os documentos também serão resguardados e guardados, a fim de evitar perdas de dados e/ou informações relevantes.

Entre os benefícios da pesquisa, será publicado conhecimento acerca dos assuntos abordados na pesquisa, para assim, trabalhar a conscientização da importância do desenvolvimento dos conteúdos de Educação Postural nas escolas e a promoção de um estilo de vida com hábitos saudáveis para a manutenção da saúde e prevenção de doenças nas escolas.

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Trata-se de uma pesquisa de campo, com abordagem qualitativa e quantitativa e desenvolvida em Altamira/PA. Os riscos potencialmente presentes serão minimizados mediante as ações descritas pelos pesquisadores.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

O projeto é relevante para a área de conhecimento.

**Recomendações:**

Sem recomendações.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Não foram observados impedimentos éticos que inviabilizem a execução da pesquisa.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Conforme Res. CNS 466/12, a responsabilidade do pesquisador é indelegável e indeclinável e compreende os aspectos éticos e legais da pesquisa. Nesse sentido, ressaltamos as seguintes atribuições do pesquisador:

- Apresentar o protocolo devidamente instruído ao CEP ou à CONEP, aguardando a decisão de aprovação ética, antes de iniciar a pesquisa;
- Desenvolver o projeto conforme delineado;
- Elaborar e apresentar os relatórios parcial (is) e final;

Endereço: Trav. Perebebul, 2623 - UEPA, Campus II - Unidade de Especialidades  
 Bairro: Marco CEP: 66.093-605  
 UF: PA Município: BELEM  
 Telefone: (91)3131-1760 E-mail: cep.csem.uepa@gmail.com



UEPA - CENTRO DE SAÚDE  
ESCOLA DO MARCO  
TEODORICO DA



Continuação do Parecer: 3.423.787

- Apresentar dados solicitados pelo CEP ou pela CONEP a qualquer momento;
- Manter os dados da pesquisa em arquivo, físico ou digital, sob sua guarda responsabilidade, por um período de 5 (cinco) anos após o término da pesquisa;
- Encaminhar os resultados da pesquisa para publicação, com os devidos créditos aos pesquisadores associados e ao pessoal técnico integrante do projeto.
- Justificar fundamentadamente, perante o CEP ou a CONEP, interrupção do projeto ou a não publicação dos resultados.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BASICAS_DO_PROJETO_1388168.pdf	17/08/2019 13:59:16		Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	Apendice_A_TCLE.docx	17/08/2019 13:59:00	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Folha de Rosto	Folha_de_rosto.pdf	30/05/2019 10:08:35	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Lattes_Zaffalon.pdf	29/05/2019 20:58:41	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	VanessaF_Lattes.pdf	29/05/2019 20:58:22	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Declaração de Pesquisadores	Carta_de_Aceite_do_Orientador.pdf	29/05/2019 20:57:38	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Outros	Apendice_B_ficha.docx	29/05/2019 20:57:21	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Outros	Anexo_1_Questionario.docx	29/05/2019 20:58:54	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Cartas_de_aceite_Privadas.pdf	29/05/2019 20:55:45	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Declaração de Instituição e Infraestrutura	Carta_de_aceite_SEMED.pdf	29/05/2019 20:55:23	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_completo.docx	29/05/2019 20:55:03	José Roberto Zaffalon Júnior	Aceito

Endereço: Trav. Perebebul, 2623 - UEPA, Campus II - Unidade de Especialidades  
 Bairro: Marco CEP: 66.093-605  
 UF: PA Município: BELEM  
 Telefone: (91)3131-1760 E-mail: cep.csem.uepa@gmail.com



UEPA - CENTRO DE SAÚDE  
ESCOLA DO MARCO  
TEODORICO DA



Continuação do Parecer: 3.423.787

**Situação do Parecer:**

Aprovado

**Necessita Apreciação da CONEP:**

Não

BELEM, 28 de Junho de 2019

---

Assinado por:

**NELSON ANTONIO BILAO RIBEIRO**  
(Coordenador(a))

Endereço: Trav. Perebebul, 2623 - UEPA, Campus II - Unidade de Especialidades

Bairro: Marco

CEP: 66.093-605

UF: PA

Município: BELEM

Telefone: (91)3131-1760

E-mail: cep.csem.uepa@gmail.com