

## RESUMO SIMPLES - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

### **COMO A POSTURA CORPORAL DEPENDE DOS MÚSCULOS E ARTICULAÇÕES: ENFOQUE ANATÔMICO**

*Giovana Laysa De Oliveira Campina (laysagiovana374@gmail.com)*

*Geórgia De Paula Carvalho Lopes (georgiaadc10@gmail.com)*

*Isadora Da Silva Carneiro (isadoraslvaa@gmail.com)*

*Marcos Maciel De Oliveira (Bentochico353@gmail.com)*

*Tamires Oliveira Guimarães (tamiresoliveira0822@gmail.com)*

A postura corporal resulta da integração entre músculos, articulações, fáscias e mecanismos neuromotores, que atuam conjuntamente para manter o alinhamento do corpo e assegurar eficiência biomecânica. Do ponto de vista anatômico, os músculos estabilizadores profundos como: transverso do abdome, multífidos, glúteo médio e paravertebrais que controlam o tronco e realizam microajustes essenciais para preservar o centro de gravidade equilibrado. As articulações da coluna, pelve, quadril, joelho e tornozelo funcionam como eixos estruturais que distribuem cargas, permitem mobilidade adequada e sustentam a postura ereta. Além disso, o sistema fascial estabelece continuidade mecânica entre os segmentos corporais, transmitindo tensões e contribuindo para a estabilidade global. O sistema nervoso, por meio do controle neuromuscular, modula o tônus, organiza respostas rápidas frente a perturbações e coordena os ajustes posturais automáticos. Quando há desequilíbrio muscular, rigidez articular, alterações fasciais ou falhas no

controle neural, surgem compensações que prejudicam a organização cinética do corpo, favorecendo dor, instabilidade e padrões posturais disfuncionais.

O objetivo deste estudo foi analisar, sob uma perspectiva anatômica, a interação entre músculos, articulações e mecanismos neuromotores na manutenção da postura corporal, bem como identificar como alterações estruturais nesses sistemas influenciam o alinhamento e o equilíbrio global. A metodologia consistiu em uma revisão bibliográfica qualitativa, baseada em produções científicas publicadas entre 2015 e 2024 através do Google Acadêmico. Os resultados demonstraram que a postura depende de uma coordenação precisa entre estruturas musculoesqueléticas e processos neurais, sendo que qualquer alteração em um desses componentes repercute em todo o sistema. Conclui-se que a compreensão detalhada da anatomia e das relações biomecânicas é fundamental para a atuação fisioterapêutica, especialmente no diagnóstico de disfunções, na correção de padrões compensatórios e na promoção de uma organização postural mais estável e eficiente.

Palavras-chave: postura corporal; anatomia; estabilidade postural; fisioterapia; músculos e articulações.