

A IMPORTÂNCIA DO TRIÂNGULO DE THALES, DO TRONCO E DA CRISTA ÍLIACA PARA A AVALIAÇÃO POSTURAL – RELATO DE EXPERIÊNCIA

Alice Eduarda Gonçalves de Aquino¹; Amanda Pereira Daniel¹; Ana Caroline Lisboa dos Reis¹; Ana Clara Ribeiro da Silva¹; Kétheli Larisse Souza Mendes¹; Kevin Alessandro dos Santos¹; Luis Felliipe Neves Costa¹; Isabel Aragão Maia²;

¹ Acadêmicos do curso fisioterapia; ² Professora do curso.

Introdução

A postura pode ser entendida como a posição em que o corpo se encontra no espaço e tem como conceito o estado de equilíbrio entre os ossos e músculos. A avaliação postural consiste num método de detecção de alterações posturais que não é um meio de diagnóstico, mas é útil na análise de assimetrias posturais. O triângulo de Thales é formado pela borda média do braço e antebraço com a cintura pélvica e borda lateral do tronco, ele ajuda a identificar escoliose e o valgo acentuado do cotovelo. A rotação do tronco é um fator de risco significativo para a dor lombar, tendo em vista que pode se tornar permanente, é lesiva para as estruturas da coluna vertebral e tem efeito cumulativo. Dessa forma, a análise do tronco é indispensável para a avaliação postural, tanto para a identificação de rotações, quanto para a percepção de escoliose. E por fim, a análise da crista ilíaca também pode sugerir a existência de escoliose ou ainda, uma discrepância de membros inferiores. O objetivo desta ação foi ofertar avaliações posturais para os alunos, e consequentemente adquirir dados para analisar os possíveis desvios posturais apresentados entre os alunos da escola.

Material e Métodos

Foi realizada uma ação dos grupos de extensão do 2º Período de Fisioterapia do Centro Universitário FipMoc Montes Claros (UNIFIPMoc). No dia 20 de outubro de 2023, na Escola Estadual Felício Pereira de Araújo, foram atendidas duas turmas de 1º ano do ensino médio e uma turma do 8º ano do ensino fundamental, totalizando 44 alunos. Inicialmente, os alunos foram direcionados para a sala de multimídia da escola, onde foi ministrada uma palestra com um teatro interativo, que abordava informações relativas a postura. Os alunos foram divididos em três turmas e conduzidos para as suas salas, onde seria realizada a avaliação postural, que contava com uma ficha de avaliação postural impressa elaborada pelos acadêmicos, balança digital, fita métrica, e o quadro com o simetragrafo.

Desenvolvimento

Dos alunos atendidos, foi observado que 47,72% são do sexo feminino e 52,27% são do sexo masculino, com idade entre 13 a 17 anos. Durante a avaliação postural, foi avaliado o triângulo de Thales, sendo possível notar que 11,36% dos avaliados eram assimétricos à direita, 27,27% eram assimétricos à esquerda e 61,36% apresentavam simetria. Enquanto na avaliação do tronco, 2,32% apresentavam rotação à direita, 6,97% apresentavam rotação à esquerda e 90,69% estavam alinhados. E em relação à avaliação da crista ilíaca, 13,94% dos alunos apresentavam assimetria à direita, 18,60% assimetria à esquerda e 67,44% eram simétricos. Diante dessas informações, criou-se a possibilidade de fazer algumas análises associativas, tomando como partida os resultados obtidos no triângulo de Thales percebeu-se que dos alunos que apresentaram alguma assimetria nessa região, 23,52% também possuíam rotação de tronco, e 35,29% também detinham determinada assimetria na crista ilíaca. Também foi possível analisar, que de todos os alunos avaliados, 4,54% apresentaram desvios nas três categorias em questão. Dessa maneira, observa-se uma correlação dos desvios nessas três áreas. Ademais, com os dados obtidos nessa ação, foi possível notar que quanto a assimetria no triângulo de Thales, os alunos do sexo masculino apresentaram um maior percentual de desvio nessa categoria, enquanto na rotação de tronco esse percentual se igualou, e por fim, quanto a assimetria da crista ilíaca, as alunas tiveram um percentual maior em relação aos meninos. Portanto, foi possível observar que o índice de desvios posturais nessa região analisada é relativamente baixo entre os adolescentes avaliados, contrariando o estudo realizado pela MINGHELLI (2009) nas escolas do Algarve em Portugal, o qual totalizou 62,9% os desvios laterais, sendo que assimetria no triângulo de Thales foi equivalente a 59,5%, apontando assim que a maior parte dessa faixa etária apresenta desvios posturais na região do tronco.

Considerações finais

Perante os fatos supracitados, com a ação desenvolvida na Escola Estadual Felício Pereira De Araújo, nota-se como é essencial o entendimento dos alunos acerca da importância de uma postura adequada, principalmente no ambiente escolar, sabendo que essa é a melhor fase para corrigir maus hábitos, apresentando potencial de prevenção das alterações posturais. Nesse sentido, torna-se clara a necessidade de uma intervenção precoce, com a finalidade de evitar problemas futuros relacionados à má postura no ambiente escolar.

Referências

- MINGHELLI, Beatriz. Prevalência de alterações posturais em crianças e adolescentes em escolas do Algarve. Lisboa: Escola Superior de Tecnologia da Saúde de Lisboa, 2009.
- Fernandes, L. F. R. M., Barros, J. W., Shimano, A. C., Moreira, F. B. R., Gonçalves, F. F., Amorim, G. S., Otoni, N. T., Rodrigues, S. A., Pinto, T. A., & Santos, V. C. (2003). Utilização da Técnica de Moiré para detectar alterações posturais. *Fisioterapia E Pesquisa*, 10(1), 16-23. <https://doi.org/10.1590/fpusp.v10i1.7750>
- SCHIAFFINO, Alessandra Neves. Avaliação de desvios posturais em crianças entre 11 e 15 anos do porto. Portugal: Faculdade de Medicina e Instituto de Ciências Biomédicas de Abel Salazar Universidade do Porto, 2010.