



NUM ÚNICO SOFTWARE!

Postura corporal das pessoas começa a definir-se aos sete anos

Notícias de Saúde (<https://www.bancodasaude.com/noticias/>)

Quarta, 19 de Abril de 2017 | 4 Visualizações



Fonte de imagem: Lumo Lift

Um estudo do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (ISPUP), com cerca de 2.400 crianças, concluiu que a postura corporal dos indivíduos começa a ser definida aos dos sete anos, havendo diferenças "significativas" entre rapazes e raparigas.

Um estudo do Instituto de Saúde Pública da Universidade do Porto (ISPUP) concluiu que a postura corporal dos indivíduos começa a ser definida aos dos sete anos, havendo diferenças "significativas" entre rapazes e raparigas.

"As crianças do sexo feminino apresentaram uma maior prevalência de um tipo de postura com curvaturas da coluna aumentadas (hiperlordótica), enquanto apenas 5% dos rapazes possuem" esse padrão postural, prevalecendo, nestes, uma tipologia caracterizada por um deslocamento posterior da coluna relativamente aos membros inferiores, indicou o investigador principal do projeto, Fábio Araújo.

Estes são alguns dos resultados de um trabalho desenvolvido pelo ISPUP, em parceria com a Faculdade de Medicina da Universidade do Porto (FMUP), no qual foram avaliadas 1.147 raparigas e 1.266 rapazes, com sete anos, com o objetivo de perceber em que momento da infância surgem os tipos de postura já conhecidos e identificados

Dos quatro tipos de padrões posturais conhecidos, explicou o especialista, o primeiro é alinhado e equilibrado, estando os outros três (designados por não-neutros) associados ao desenvolvimento de diferentes patologias na coluna.

Em declarações à Lusa, o especialista indicou que, dentro dos três padrões posturais não-neutros, existem aqueles que são caracterizados por um deslocamento posterior da coluna relativamente aos membros inferiores, com uma grande e longa curvatura da região torácica (primeiro padrão).

O segundo padrão não-neutro refere-se a uma retificação da coluna, ou seja, são casos em que os indivíduos sofrem perdas da magnitude das curvaturas da coluna, enquanto no terceiro encontra-se uma postura hiperlordótica, em que há um aumento dessa magnitude.

De acordo com o investigador, as diferenças encontradas neste estudo podem ser um dos fatores que explica porque é que patologias como a escoliose (desvio da coluna) são mais prevalentes nas raparigas e a doença de Scheuermann (aumento da curvatura superior do tronco) predominante nos rapazes.

Na vida adulta, os primeiros dois tipos de postura não-neutra podem "contribuir para o desenvolvimento de dor da coluna e discopatia lombar (lesão do disco entre as vértebras da coluna)".

Quanto ao terceiro padrão não-neutra, o hiperlordótico, pode levar ao desenvolvimento de listese vertebral (espondilolistese - quando ocorre um deslizamento acentuado das vértebras relativamente às vértebras adjacentes), acrescentou o investigador.

Fábio Araújo acredita que, com esta investigação, foi possível demonstrar, pela primeira vez, o quão "essencial" é o período infância para o desenho da neutralidade postural, devendo, por isso, as intervenções para promover uma postura saudável começar neste período precoce de vida.

As crianças avaliadas participam do "Geração XXI", um projeto iniciado em 2005, que visa acompanhar o crescimento e o desenvolvimento de mais de oito mil crianças nascidas em hospitais públicos da Área Metropolitana do Porto, ao longo a vida.

O estudo "Defining patterns of sagittal standing posture in girls and boys of school age" ("Definindo padrões de postura sagital ereta em meninas e meninos de idade escolar") é financiado pela Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT), pelo Programa Operacional Saúde XXI e pela Fundação Calouste Gulbenkian, foi publicado na revista "Physical Therapy".

O grupo encontra-se agora a avaliar a relação entre o peso e a altura (índice de massa corporal) e os padrões posturais encontrados, trabalho cujos resultados preliminares sugerem a existência de uma ligação "bastante clara" entre os fatores.

De acordo com o especialista, os resultados finais desse segundo trabalho podem servir de base para futuras investigações que visem verificar de que forma as medidas preventivas e de controlo de peso na infância podem ter efeito no desenvolvimento de uma postura saudável na vida adulta.

Partilhar esta notícia

Postura (<https://www.bancodasaude.com/noticias/tag/postura/>)

Autor

Lusa (<http://www.lusa.pt/default.aspx?page=home>)

Referência



Rua António Augusto Gonçalves, nº 5 Lote 6 e 7 | Quinta da Varzea - 3040-375 Coimbra
 Telefone: 239 801 010 | Fax: 239 801 019

Email: labsm@netcabo.pt
www.silvamonteiro.pt

Visite-nos

Notícias Relacionadas

A visualizar a página 01 de 01

O que é, afinal, uma má postura?

(<https://www.bancodasaude.com/noticias/o-que-e-afinal-uma-ma-postura/>)

Dicas para as mulheres evitarem as dores da má postura

(<https://www.bancodasaude.com/noticias/dicas-para-as-mulheres-evitarem-as-dores-da-ma-postura/>)

Seis maus hábitos que arruinam qualquer boa postura

(<https://www.bancodasaude.com/noticias/seis-maus-habitos-que-arruinam-qualquer-boa-postura/>)

[← Voltar para a listagem](#)

Actividades de Interesse

- Clínica (<https://www.bancodasaude.com/clinica/>)
- Notícias (<https://www.bancodasaude.com/noticias/>)
- Info Saúde (<https://www.bancodasaude.com/info-saude/>)
- Saúde Local (<https://www.bancodasaude.com/saude-local/>)
- Crédito Saúde (<https://www.bancodasaude.com/credito-saude/>)
- Seguro Saúde (<https://www.bancodasaude.com/seguro-saude/>)
- Widget Notícias de Saúde (<https://www.bancodasaude.com/widget-noticias-de-saude/>)
- Publicidade (<https://www.bancodasaude.com/publicidade/>)

Informações

- Sobre Nós (<https://www.bancodasaude.com/empresa/sobre-nos/>)
- Serviço ao Utente (<https://www.bancodasaude.com/servico-ao-utente/>)
- Acordos / Parcerias (<https://www.bancodasaude.com/protocolo/>)
- Autorizações (<https://www.bancodasaude.com/certificacao/>)
- Links Úteis (<https://www.bancodasaude.com/links-uteis/>)
- Termos e Condições (<https://www.bancodasaude.com/legal/termos-e-condicoes/>)
- Política de Privacidade (<https://www.bancodasaude.com/legal/politica-de-privacidade/>)
- Contacte-nos (<https://www.bancodasaude.com/contactos/>)

Tel: +351 239 722 415

Tlm: +351 926 219 725

Subscrição de Newsletters

Receba regularmente um resumo de todas as novidades na área da saúde.

Login (<https://www.bancodasaude.com/login/>)

Efectuar registo (<https://www.bancodasaude.com/registo/>)

o seu email...

[Subscriver](#)

Certificados:

DGS - Direção Geral de Saúde: N° 0104 (<https://www.bancodasaude.com/certificacao/>)

ERS - Entidade Reguladora da Saúde: N° E116979 (<https://www.bancodasaude.com/certificacao/>)

Marca Nacional - N° 525447 (<https://www.bancodasaude.com/certificacao/>)

2003526 Visitas

Top de visitas por país:



(<https://ssl.comodo.com>)