

## Integrando Educação e Saúde para Crianças e Adolescentes: Relato de Experiência

Larissa Dias dos Reis<sup>1</sup>; Mariana Cavalcanti Silva de Andrade<sup>1</sup>; Nilceia Nascimento da Silva<sup>1</sup>; Tailane dos Santos Almeida<sup>1</sup>; Mariane Gabrielle Cunha Leal<sup>1</sup>; Jaqueline de Almeida Pereira<sup>2</sup>; Jocelene de Fátima Landgraf<sup>2</sup>; Levi de Almeida Santa Rosa<sup>2</sup>

1 – Acadêmica de Fisioterapia da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro (FM-UFRJ)

2 – Docente do Departamento de Fisioterapia da Faculdade de Medicina – Universidade Federal do Rio de Janeiro (FM-UFRJ)

\* larissadiasr@gmail.com

**Introdução:** Desde a faixa etária que compreende a infância e a adolescência, a coluna vertebral recebe frequentemente uma sobrecarga de trabalho durante a realização de tarefas simples e rotineiras. A queixa de dores no pescoço e nos ombros pelos escolares tem aumentado nas últimas décadas e o conhecimento sobre essas dores merece atenção e investigação. Alguns autores sugerem que os principais fatores de risco são biológicos e mecânicos, destacando-se: sexo, peso, flexibilidade e mobilidade dos músculos, nível de atividade física, hábitos posturais, fatores ergonômicos, domésticos e ocupacionais. A relevância de estudos sobre a prevalência de sintomas musculoesqueléticos na coluna vertebral entre os estudantes reside no fato de que essas patologias geram consequências econômicas e sociais para o Estado e os indivíduos. **Objetivo:** Relatar a experiência na elaboração de um projeto capaz de identificar possíveis fatores ou hábitos desencadeadores de má postura e consequente dor ou desconfortos musculares em crianças e adolescentes. **Método:** Foram realizadas reuniões entre três professores fisioterapeutas da Universidade Federal do Rio de Janeiro e três alunas do curso graduação em fisioterapia. Os alunos de graduação foram inseridos em todo o processo de planejamento da ação preventiva da saúde postural da criança e do adolescente, desde a identificação das principais causas dos problemas da coluna vertebral da população estudada até a elaboração da proposta de atividades visando a conscientização postural dos escolares. Foram utilizadas as bases de dados Lilacs, Medline e Scielo para o levantamento bibliográfico dos últimos 10 anos. **Resultados:** A partir da identificação do problema pelos graduandos, foi elaborado material informativo, através do qual pretende-se orientar os alunos, os pais e os professores em encontros semanais. Nesses encontros, haverá palestras informativas e esclarecedoras sobre as condutas adequadas a serem adotadas no cotidiano desses alunos para promoção da saúde, prevenção de agravos e orientação dos cuidados com a coluna vertebral. Além disso, pretende-se promover mudanças nos hábitos posturais dos escolares, evitar a instalação de alterações posturais oriundas de hábitos posturais inadequados; garantir informação e orientação sobre o assunto aos familiares e funcionários da escola, expandir a proposta para outras escolas. **Conclusão:** A proposta despertou nos alunos maior interesse pela atenção primária à saúde e proporcionou maior preparo para atuar no projeto. Tal experiência amplia os horizontes na graduação dos estudantes e certamente modifica o eixo de suas ações profissionais futuras.

**Descritores:** Fisioterapia; Atenção primária a saúde; Extensão universitária.