

TRATAMENTO FISIOTERÁPICO NAS ALTERAÇÕES POSTURAIS

Acadêmicas: Consuelo Souza Silva

Fabírcia Rezende de Rezende

Orientação: Cláudio Munaretto

Supervisão metodológica Heitor Romero Marques

A qualidade de vida e de desempenho profissional tem sido alvo de estudos e discussões dos mais variados profissionais ligados à área da saúde, pois as exigências e o desgaste do cotidiano, caracterizadas por jornadas exaustivas, associadas a posturas inadequadas do ponto de vista fisiológico, o estresse e o sedentarismo acabam por se constituir em importantes fatores de risco para o desenvolvimento de lesões por esforços repetitivos e outras patologias do trabalho.

Neste cenário, a Odontologia é atualmente uma área importante para o aproveitamento do fisioterapeuta, pois os odontólogos são em sua maioria restritos à sua prática profissional, numa postura que favorece um desequilíbrio muscular, uma vez que permanecem a maior parte do tempo sentados, com inclinação da cabeça à direita e rotação à esquerda, sendo portanto a atuação da Fisioterapia de extrema importância, pois pode atuar não só na adequação do mobiliário, mas nas orientações simples para a vida cotidiana e exercícios que visem principalmente a prevenção de deformidades posturais, ou se já instaladas, sejam contidas ou atenuadas pelos alongamentos diários e hábitos de vida mais saudáveis.

A monografia trata do diagnóstico das principais alterações posturais nos odontólogos e sua repercussão na prática profissional.

A busca por materiais que contenham dados a respeito da incidência de alterações na coluna vertebral de odontólogos é muito escassa. Algumas das reportagens utilizadas na monografia versavam sobre a ocorrência de várias patologias como varizes, LER e estresse nestes profissionais, porém sem nenhum dado realmente científico que buscasse quantificá-las. Tratavam-se de dados obtidos através da prática dos médicos entrevistados quando inquiridos sobre distúrbios circulatórios ou posturais no odontólogo.

A partir disso, buscou-se, através de questionário inicial ou anamnese, dados como tempo de profissão, horas por dia dedicadas ao trabalho, nível de satisfação e procura por tratamento médico ou fisioterapêutico para a coluna e na segunda parte, foi feita avaliação postural, realizada na Associação Brasileira de Odontologia e nos consultórios odontológicos dos profissionais avaliados, onde tomava-se como ponto de referência linhas de azulejos e um espaço do piso.

Uma vez colhidos estes dados, eles foram organizados de forma a serem analisados e revelaram o seguinte: 43% dos profissionais avaliados pertenciam ao sexo feminino e 57% ao sexo masculino; em relação à faixa etária avaliada, 50% estava na faixa entre 20 e 30 anos, 43% entre 31 e 40 anos e 7% entre 41 e 50 anos. A maioria dos odontólogos (50%) tinha entre seis e dez anos de profissão e 50% dedicava-se a oito horas diárias de trabalho.

Em relação à incidência de alterações posturais que foi o objetivo maior do presente estudo, constatou-se que: 93% dos odontólogos avaliados possuíam escoliose, sendo que 64% em “C” e 29% em “S”; 50% apresentam acentuação da lordose lombar, 50% apresentavam, em relação à simetria da cabeça, inclinação à direita com rotação à esquerda e somente 36% relataram cefaléia de tensão.

Por tudo que foi exposto, pode-se confirmar o que foi dito na Revista da Associação Paulista de Cirurgiões-dentistas (vol. 53, n. 2, mar./abr. 1999) que afirmava que todos os odontólogos iriam apresentar algum tipo de alteração da coluna vertebral com o passar dos anos. Outro dado interessante relaciona-se à simetria da cabeça, pois alguns odontólogos citaram que, devido ao “costume” de permanecerem inclinados para a direita com rotação à esquerda, quando

iam ao cinema ou assistiam televisão, permaneciam de forma que pudessem rodar a cabeça para a direita em vez daquela adotada na prática profissional.

Conclui-se portanto, que a Odontologia é uma área onde a Ergonomia e a Fisioterapia devem atuar conjuntamente, pois somente assim pode-se garantir a esse profissional, condições mais favoráveis de trabalho, com adequação do espaço físico em que ele desempenha sua função e principalmente, fornecer orientações simples que possa-se criar condições de propiciar uma reeducação postural, evitar a exacerbação de quadros algícos e a instalação ou agravamento de alterações posturais, através de exercícios simples e diários; com isso pode-se proporcionar uma maior qualidade na execução de sua prática profissional e de suas atividades cotidianas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BARROS, Olavo Maschi. *Ergonomia: a eficiência ou rendimento e a filosofia correta de trabalho em odontologia*. São Paulo : Pancast, 1991.
- _____. *Ergonomia: o ambiente físico de trabalho, a produtividade e a qualidade de vida em odontólogos*. São Paulo : Pancast, 1993.
- HEBERT, Sizínio. *Ortopedia e traumatologia – princípios e prática*. 2. ed. Porto Alegre : Artmed, 1998.
- KNOPLICH, José. *Enfermidades da coluna vertebral*. 2. ed. São Paulo : Panamed, 1986.
- LIANZA, Sérgio. *Medicina de reabilitação*. Rio de Janeiro : Guanabara Koogan, 1985.
- MERCURIO, Rui. *Dor nas costas nunca mais*. São Paulo : Manole, 1997.
- SANTOS, Antonio Cardoso dos. *O exercício físico e o controle da dor na coluna*. Rio de Janeiro : Medsi, 1996.