



## GT 04 – EDUCAÇÃO FÍSICA E SAÚDE

### A PREVALÊNCIA DE HIPERCIFÓSE TORÁCICA E HIPERLORDOSE LOMBAR EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES EM IDADE ESCOLAR: uma revisão narrativa

Matheus Aparecido Boaventura<sup>1</sup>  
Marcelo de Castro Spada Ribeiro<sup>2</sup>

Agência Financiadora: não contou com financiamento.

**Palavras-chave:** Hipercifose Torácica. Hiperlordose Lombar. Escolares.

#### Introdução

Dentre os desvios posturais de coluna a hipercifose torácica e hiperlordose lombar, nos parecem ser os desvios mais visíveis na sociedade em indivíduos de várias idades, situações sociais, níveis de condicionamento físico e gênero.

Olhando por essa ótica, as crianças e adolescentes em idade escolar também estão suscetíveis ao surgimento desses desvios posturais, sendo que os mesmos no período escolar, permanecem várias horas a disposição dos trabalhos escolares, que exigem um posicionamento exacerbado em sedestação.

Dessa maneira, Contri (2009) nos traz que, as atividades escolares podem favorecer a instalação de maus hábitos posturais, além disso, deve-se considerar que é na adolescência que ocorre crescimento do sistema esquelético podendo também ter ligação com o surgimento de desvios posturais nesse período, necessitando maior observação nessa fase do desenvolvimento humano.

Tendo visto que, os desvios posturais geralmente são oriundos de fatores musculares como por exemplo encurtamento ou enfraquecimento muscular. De forma que seu surgimento tem grande ligação com o estilo de vida levado por quem o adquire. Geralmente são pessoas sedentárias que adotam uma postura incorreta durante o dia a dia do trabalho, estudos e etc. (MOURA, 2012, ALMEIDA & BARROS, 2007)

---

<sup>1</sup>Discente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás – E-mail: [matheusboaventura287@gmail.com](mailto:matheusboaventura287@gmail.com).

<sup>2</sup>Docente do curso de Bacharelado em Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás – E-mail: [marcelo.spada@gmail.com](mailto:marcelo.spada@gmail.com).

Moura (2012), também nos traz que uma má postura adotada por longos períodos, pode gerar alterações posturais crônicas. Dessa forma podemos observar o desenvolvimento de alguns desvios posturais, como por exemplo a hipercifose torácica.

O desvio postural de hipercifose torácica, caracteriza-se por uma acentuada convexidade posterior da região torácica da coluna vertebral. Embora a coluna vertebral apresente a curvatura de cifose, o indivíduo hipercifótico apresenta este desenho anatômico mais angulado que o padrão, também podendo gerar uma projeção da cabeça e/ou ombros a frente da linha anatômica adequada. (MOURA, 2012)

Já o desvio de hiperlordose lombar, se caracteriza por uma acentuada concavidade posterior da região lombar da coluna vertebral, embora a coluna já apresente essa curvatura lordótica o indivíduo hiperlordótico apresenta este desenho anatômico mais angulado que o padrão também podendo estar associado diretamente com uma anteroversão da pelve. (MOURA, 2012)

Essa pesquisa, tem como objetivo, observar a prevalência de hipercifose torácica e hiperlordose lombar em crianças e adolescentes em idade escolar, fazendo também uma análise quantitativa dessa prevalência no grupo estudado.

### **Metodologia**

Esse trabalho foi desenvolvido mediante a uma pesquisa bibliográfica, para a elaboração de um artigo de revisão narrativa, onde foi realizado uma pesquisa de publicações, nos bancos de dados Scielo, Periódicos Capes e Google Acadêmico utilizando dos seguintes descritores: desvios posturais escolares. Foram utilizados os filtros na seguinte sequência: data (últimos 10 anos), língua (publicações em português), leitura de títulos (os títulos deveriam conter as palavras “análise, prevalência ou ocorrência” de desvios posturais) e leitura dos resumos para depois a leitura na íntegra.

Após a realização de coleta mediante os descritores no banco de dados Scielo, foram encontrados um total de 11 artigos como resultado total. Após a aplicação dos filtros de data e língua restaram 10 resultados, e após a leitura dos títulos restaram 7 para a leitura dos resumos, e após isso restaram 5 para finalmente a leitura na íntegra.

No banco de dados Periódicos Capes, após a solicitação de coleta de dados, foram encontrados 35 artigos como resultado total. Após a aplicação do filtro de data e língua restaram 28 resultados, e após a leitura dos títulos restaram 9 para a leitura dos resumos, e após isso e a exclusão dos repetidos restaram 4 para finalmente a leitura na íntegra.

Por último, foi realizado também no banco de dados Google Acadêmico e após a solicitação, foram encontrados 7900 artigos como resultado total. Após a aplicação dos filtros de

data e língua restaram 5202 resultados, e após a leitura dos títulos restaram 15 para a leitura dos resumos, e após isso e a exclusão dos trabalhos repetidos, restaram 3 para finalmente a leitura na íntegra.

Os critérios de inclusão utilizados foram análise mediante a utilização do instrumento simetrógrafo ou avaliação por biofotogrametria. Os critérios de exclusão são: os sujeitos acima de 17 anos e abaixo de 7 anos e pesquisas que não fazem a divisão da amostra por sexo e não são originais. Após a leitura na íntegra e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão restaram para a análise 4 publicações originais que serão descritas nas tabelas a seguir.

## Resultados

No artigo 1 apresentado por Peliteiro et. all (2009), foram avaliados por simetrografia 103 crianças de 10 a 13 anos, sendo 54,4% do sexo masculino e 45,6% do feminino. Do total dos pesquisados, 89,6% apresentam desvios, de forma que no sexo masculino 63,8% dos indivíduos apresentam hiperlordose e 36,2% apresentam hipercifóse. Já no sexo feminino, 67,9% apresentam hiperlordose e 21,4% apresentam hipercifóse. Nesse estudo a maioria dos casos de hipercifóse estão associados com uma protusão de ombros.

No artigo 2 apresentado por Noll et. all (2012), foram avaliados por biofotogrametria 65 crianças de 10 a 43 anos, sendo 37 do sexo masculino e 28 do feminino. Do total dos pesquisados, 100% apresentam desvios, de forma que no sexo masculino 24,3% dos indivíduos apresentam hipercifóse e 43,2% apresentam hiperlordose. Já no sexo feminino, 60,7% apresentam hipercifóse e 50,0% apresentam hiperlordose.

No artigo 3 apresentado por Contri et. all (2009), foram avaliados por simetrografia 465 indivíduos de 07 a 12 anos, sendo 205 do sexo masculino e 260 do feminino. Do total dos pesquisados, 87% apresentam desvios, de forma que no sexo masculino 22,0% dos indivíduos apresentam hipercifóse e 36,0% apresentam hiperlordose. Já no sexo feminino, 28,0% apresentam hipercifóse e 29,0% apresentam hiperlordose. Nesse estudo, 100% dos casos de hipercifóse estavam associados a uma protusão de ombros.

No artigo 4 apresentado por Minghelli et. all (2009), foram avaliados por biofotogrametria 364 indivíduos de 09 a 17 anos, sendo 53,3% do sexo masculino e 46,7% do feminino. Do total dos pesquisados, 92,0% apresentam desvios, de forma que no sexo masculino 78,9% dos indivíduos apresentam hipercifóse e 49,2% apresentam hiperlordose. Já no sexo feminino, 21,1% apresentam hipercifóse e 50,8% apresentam hiperlordose.

## Considerações finais

Os dados coletados no presente estudo revelaram uma elevada prevalência de alterações posturais em crianças e adolescentes em idade escolar, sendo que os desvios posturais alvos de estudo (hipercifose torácica e hiperlordose lombar), estão entre as alterações sagitais da coluna mais comuns nos escolares.

Dessa maneira, concluiu-se que a hipercifose torácica nos estudos coletados, teve uma média das 4 publicações analisadas de 46,14% para o sexo masculino e 36,44% para o feminino. E quanto a hiperlordose lombar, a média foi de 33,94% para o sexo masculino e 40,99% para o feminino. Esses dados demonstram que o objetivo do trabalho foi alcançado, pois dados sólidos da prevalência no grupo estudado foram encontrados.

Devemos observar também, que devido à alta incidência desses desvios, torna-se necessário salientar a importância da vigilância de pais e professores para que se possa iniciar trabalhos de correção no momento adequado, a fim de se evitem deformidades permanentes, que, muitas vezes, são acompanhadas de deformidades estruturais complexas e algias na vida adulta.

Espera-se que esse estudo possa influenciar novos estudos, e sugere-se que realizem estudos de cunho longitudinal, para que analisem a postura corporal de crianças e adolescentes durante e após o período escolar.

## Referências

ALMEIDA, A.L.A.R. & BARROS, R.V. **A importância da avaliação física na criança e no adolescente em fase escolar.** 2007 Disponível em: [http://www. construirnoticias.com.br/](http://www.construirnoticias.com.br/) Acessado em: 15 de setembro de 2019

CONTRIL. et. all. **Incidência de desvios posturais em escolares do 2º ao 5º ano do Ensino Fundamental.** ConScientiae Saúde, vol. 8, núm. 2, 2009, pp. 219-224 Universidade Nove de Julho São Paulo, Brasil.

MARTELLI, R.C. & TRAEBERT, J. **Estudo descritivo das alterações posturais de coluna vertebral em escolares de 10 a 16 anos de idade.** Revista Brasileira de Epidemiologia, 9(1); São Paulo, março, 2006.

MINGHELLI et. all. **Prevalência de alterações posturais em crianças e adolescentes em Barueri.** Revista Saúde e tecnologia. 2009

MOURA, João Augusto Reis de; SILVA, André Luiz da. **Postura Corporal Humana: Avaliação Qualitativa Visual por Simetrografia e Prescrição de Exercícios físicos.** 1º Edição. São Paulo: Fontoura, 2012

NOLL M, et. all. **Alterações posturais em escolares do ensino fundamental de uma escola de Teutônia/RS**. R. bras. Ci. e Mov 2012;20(2):32-42.

PELITEIRO et. all. **Incidência de desvios posturais em escolares do 2º ao 5º ano do Ensino Fundamental** ConScientiae Saúde, vol. 8, núm. 2, 2009, pp. 219-224 Universidade Nove de Julho São Paulo, Brasil