



<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2015: SIC - XXVII SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2015
<b>Local</b>	Porto Alegre - RS
<b>Título</b>	RELAÇÃO ENTRE A POSTURA ESTÁTICA DA COLUNA VERTEBRAL E SUA FLEXIBILIDADE
<b>Autor</b>	FERNANDA DA SILVA MEDEIROS
<b>Orientador</b>	CLAUDIA TARRAGO CANDOTTI

## RELAÇÃO ENTRE A POSTURA ESTÁTICA DA COLUNA VERTEBRAL E SUA FLEXIBILIDADE

Fernanda da Silva Medeiros e Cláudia Tarragô Candotti  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul

**Introdução:** Em se tratando de postura corporal, a coluna vertebral, por conta de suas características de absorção de choques, proteção da medula espinhal e manutenção da postura ereta, é compreendida como um segmento complexo e de notável relevância do ponto de vista funcional. Acredita-se que a flexibilidade da coluna seja importante para aumentar a resistência da mesma às forças de pressão advindas da gravidade e de outras forças externas, bem como favorecer a postura corporal estática, conferindo a distribuição uniforme das cargas. No entanto, ainda não está claro na literatura a relação entre a postura estática da coluna vertebral com a sua mobilidade. **Objetivo:** Verificar se a postura estática da coluna vertebral está relacionada com a sua flexibilidade. **Metodologia:** Participaram deste estudo 36 sujeitos, que realizaram raios-x panorâmico da coluna vertebral na incidência perfil direito. A partir dos exames radiológicos foi possível obter os ângulos de Cobb das curvaturas torácica e lombar. A flexibilidade da coluna vertebral foi verificada por meio do flexicurva. A avaliação consistiu na demarcação dos pontos anatômicos T1, T6 e T12 para a cifose torácica e T12, L4 e S2 para lordose lombar. Após, o flexicurva foi moldado no dorso dos indivíduos durante três momentos: (1) postura ereta, (2) flexão de coluna e (3) extensão de coluna. Em seguida, o contorno do dorso foi transcrito para um papel milimetrado. A partir das medidas obtidas, foi possível obter a amplitude de movimento (ADM) total da coluna, bem como de flexão e extensão, além dos índices de cifose torácica e lordose lombar. Foi utilizado o teste Shapiro-Wilk para verificar a normalidade dos dados e uma análise descritiva com médias e desvio padrão. Foi aplicado o teste de Pearson para verificar as correlações ( $\alpha < 0,05$ ). **Resultados:** Em relação à coluna torácica, obteve-se uma ADM média de  $13,1 \pm 8,9^\circ$ ,  $23,7 \pm 27,3^\circ$  e  $26,0 \pm 13,7^\circ$  para flexão, extensão e total, respectivamente. O ângulo de Cobb da cifose torácica apresentou média de  $49,7 \pm 11,6^\circ$  e o índice de cifose médio foi de  $10,3 \pm 2,4$ cm. Quanto às correlações, não foram encontradas correlações estatisticamente significativas entre o ângulo Cobb e as ADMs e entre as ADMs e os índices de cifose da coluna torácica. Já em relação à coluna lombar, foi encontrada ADM média de  $61,1 \pm 14,4^\circ$ ,  $11,9 \pm 10,3^\circ$  e  $73 \pm 12,3^\circ$  de flexão, extensão e total, respectivamente. Além disso, foi encontrado ângulo de Cobb médio de  $43,1 \pm 11,2^\circ$  e um índice de lordose de  $9,3 \pm 3,4$ cm. Foi encontrada correlação estatisticamente significativa apenas entre a ADM de flexão da coluna lombar com o índice de lordose ( $r=0,424$ ,  $p=0,01$ ). **Conclusão:** Com base nos achados, não é possível afirmar que a postura estática da coluna vertebral está relacionada à sua flexibilidade. Possivelmente outros fatores influenciam a manutenção postural, o que dificulta a associação com fatores isolados. Dessa forma, estudos que avaliem mais aspectos são necessários para melhor compreensão da relação entre a postura corporal e a flexibilidade.