



21º Congresso de Iniciação Científica

ANÁLISE BIOMECÂNICA DA POSIÇÃO SENTADA EM DIFERENTES ÂNGULOS DE INCLINAÇÃO

Autor(es)

BRUNA PEREIRA MATTOS

Orientador(es)

GUANIS DE B VILELA JUNIOR

Apoio Financeiro

PIBIC/CNPQ

Resumo Simplificado

“ANÁLISE BIOMECÂNICA DA POSIÇÃO SENTADA EM DIFERENTES ÂNGULOS DE INCLINAÇÃO”

Algumas moléstias osteomusculares surgem através de várias pesquisas; a má postura ou mal posicionamento na posição sentada, acarretando a diminuição da qualidade de vida e queda de produtividade de trabalhadores, estudantes, entre outros. Na atualidade, cada vez mais as pessoas assumem a posição sentada, seja em ambientes de trabalho, ambientes de estudo ou mesmo em atividades de lazer, a posição sentada, quando sustentada de maneira inadequada sobrecarrega a coluna vertebral aumentando a pressão intradiscal entre as vértebras, causando variações de 85% quando adotada a postura sentada sífótica. O objetivo foi obter a força que atua sobre o sujeito durante 15 segundos, com o apoio plantar dos pés. Para desenvolvimento deste estudo, oito voluntários do sexo masculino, com idades entre 18 a 28 anos, saudáveis, sentaram sobre uma plataforma de força da marca EMG System do Brasil que estava sobre o assento da cadeira totalizando uma altura de 0,41 cm em relação ao solo. Os voluntários mantiveram-se em cada posição por quinze segundos para a aquisição de dados com os membros superiores cruzados junto à caixa torácica, e membros inferiores foram posicionados de tal modo que a articulação do joelho formasse ângulo de 90°. A angulação formada pelos membros inferiores foi aferida através de um inclinômetro digital. Os testes foram realizados com inclinações do assento em três ângulos: +3,0°, 0,0°, -3,0°. O teste de Shapiro Wilki foi utilizado para verificar a existência da normalidade dos dados e tratados com o software estatístico SPSS. Resultados: foi realizada a estatística descritiva das forças médias, máximas e mínimas para cada sujeito, nas três posições do assento. Foram realizados testes não paramétricos (Wilcoxon) entre as forças médias para os três ângulos adotados sendo encontradas diferenças estatisticamente significantes entre os ângulos de +3o e -3o e -3o e 0o (sig= 0,018, P< 0,05). As Forças máximas foram encontradas no mesmo teste apresentou diferenças estatisticamente significativas entre os ângulos de +3o e -3o (sig= 0,018 para P<0,05). Quando correlacionados IMC e forças médias (+3o, 0o e -3o), foram encontradas correlações significantes (P< 0,01) de 0,949, 0,960 e 0,966, respectivamente. Concluímos que os resultados encontrados neste estudo corroboram os valores encontrados na literatura (CHAFFIN, 2006, DIFFRIENT,1974, GRANDJEAN, 1980) em relação à necessidade de que os assentos, sejam eles escolares, domésticos, em locais públicos, em veículos e no ambiente de trabalho devem apresentar inclinação média de 3°, estando a parte anterior do mesmo mais levada que a parte posterior que ao passarem cada vez mais horas por dia, em diferentes ambientes, na posição sentada, devem se ater às indicações de inclinações dos assentos.