

CONHECIMENTO DOS PROFESSORES DA PRÉ-ESCOLA SOBRE HÁBITOS POSTURAIIS

Larissa Bertolini Andreatta

Mestranda do Programa de Pós Graduação em Ciências da Reabilitação pela Universidade Estadual de Londrina – UEL e Universidade Norte do Paraná – UNOPAR, Londrina, PR; E-mail: canp_larissa@hotmail.com.

Celita Salmaso Trelha

Doutora em Ciências da Saúde; Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Londrina – UEL, Londrina, PR.

Dirce Shizuko Fujisawa

Doutora em Educação; Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Londrina – UEL, Londrina, PR.

Alan Hideo Katayama

Graduando em Fisioterapia pela Universidade Estadual de Londrina – UEL, Londrina, PR; Bolsista de Iniciação Científica da Fundação Araucária.

Cássio Noboro Fuginami

Graduando em Fisioterapia pela Universidade Estadual de Londrina – UEL, Londrina, PR; Bolsista de Iniciação Científica do CNPq.

Claudia Patrícia Cardoso Martins Siqueira

Doutora em Bases Gerais da Cirurgia; Docente do Curso de Fisioterapia da Universidade Estadual de Londrina – UEL, Londrina, PR.

RESUMO: O presente trabalho teve por objetivo avaliar o conhecimento dos professores da pré-escola sobre alterações e hábitos posturais. Foi realizado estudo descritivo com a utilização de um questionário autoaplicável, abordando aspectos sociodemográficos, presença de dor ou de desordem postural, suas causas e conhecimento dos professores sobre posturas. Participaram 27 professoras, com idade média de $29,7 \pm 6,5$ anos, tempo médio de trabalho como professor de $17,6 \pm 4,19$ e 20 (74,1%) referiram possuir pós-graduação completa. Todos os professores mencionaram preocupação e incômodo com o mau posicionamento dos alunos na escola, 20 (24,7%) demonstraram baixo conhecimento sobre a coluna vertebral e os prejuízos da postura incorreta, enquanto somente 6 (22,2%) alegaram conhecer o peso ideal da mochila para a criança e 7 (25,9%) se consideraram aptos a conduzir um programa preventivo sobre postura. Verificou-se que a maior parte dos professores apresentou conhecimento adequado sobre a postura e efetuou a correção postural de seus alunos. Porém, os professores não se consideram aptos a realizar um programa preventivo. Verifica-se a necessidade de estratégias de treinamento aos professores, que estão em contato direto com a criança.

PALAVRAS-CHAVE: Conhecimento; Professores; Postura.

KNOWLEDGE OF INFANT EDUCATION TEACHERS ON HEALTHY POSTURE HABITS

ABSTRACT: Knowledge of infant education teachers on posture changes and habits is evaluated. A descriptive analysis with a self-applicable questionnaire on social and demographic aspects, existence of pain or posture dysfunction, causes and knowledge of teachers on healthy posture is provided. Twenty-seven teachers, mean age 29.7 ± 6.5 years and mean teaching duration 17.6 ± 4.19 years, participated, of whom 20 (74.1%) featured complete post-graduate course. All teachers were worried and concerned on the unhealthy posture of students in school and 20 (24.7%) had low knowledge on the spine and its damage by incorrect posture. Only 6 (22.2%) knew the ideal weight for children and 7 teachers considered themselves prepared to initiate a preventive program on healthy posture. Most teachers had an adequate knowledge on posture and taught students the basics on healthy and unhealthy postures. Since most teachers felt unprepared to start a preventive program on the subject, strategies in teacher training on the issue are required.

KEY WORDS: Knowledge; Teachers; Postures.

INTRODUÇÃO

A Academia Americana de Ortopedia define a postura como o estado de equilíbrio musculoesquelético, com capacidade de proteger as estruturas do corpo de traumas ou deformidades progressivas, seja na posição deitada, em pé ou sentada (BRACCIALLI; VILARTA, 2000; CONTRI; PETRUCELLI; PEREA, 2009).

A postura ideal é aquela em que se tem o equilíbrio dos segmentos corporais na posição de menor esforço e máxima sustentação, na qual os ligamentos, cápsulas e tônus muscular suportam o corpo ereto, possibilitando sua permanência na mesma posição por períodos prolongados, com baixo consumo energético, mínimo estresse aplicado nas articulações e sem apresentar desconforto (CARNEIRO; HECTOR; MUNARO, 2005; MARTINEZ; PIZÓN, 2010; SANTOS et al., 2009).

Crianças e adolescentes sofrem influência nos hábitos posturais de fatores intrínsecos e extrínsecos, como hereditariedade, ambiente que os cercam, fatores emocionais, socioeconômicos e decorrentes de alterações consequentes do crescimento e desenvolvimento humano.

Destaca-se que a dor nas costas é a terceira causa mais frequente a afetar as atividades escolares e de lazer, apresentando elevada epidemiologia entre crianças. Cerca de 30% a 51% das crianças e adolescentes sofrem de algias na coluna vertebral em algum momento da vida, apontando alta prevalência de alterações posturais. Essas alterações posturais em crianças vêm crescendo, consideravelmente, pois se trata de faixa etária em que o indivíduo está exposto a sobrecargas crescentes, tais como, o suporte de mochilas escolares de maneira assimétrica e inadequada ou, ainda, a permanência na posição sentada, adotando posturas indevidas por longos períodos de tempo (GRAUP; SANTOS; MORO, 2010; PENHA et al., 2005).

O mau hábito postural atinge escolares de ambos os sexos e em diferentes idades, constituindo um problema de saúde pública com alta prevalência de alterações posturais de coluna entre crianças e adolescentes (SANTOS et al., 2009).

Santos et al. (2009) concluíram que apenas 5 (2%) de 247 crianças, do ensino fundamental de Jaguariu-

na-SP, não apresentaram nenhum tipo de alteração postural. Contri, Petrucelli e Perea (2009) realizaram estudo na cidade de Porto Ferreira-SP e verificaram a incidência de assimetria de ombro em 73% dos meninos e 71% das meninas do ensino fundamental de 2ª a 5ª série.

Durante as primeiras experiências de vida na escola as crianças começam a formar hábitos saudáveis e os profissionais de educação podem influenciar favoravelmente (BRUSTROM et al., 1995). O professor da pré-escola exerce grande influência sobre o comportamento dos alunos uma vez que mantém contato diário por longo tempo. Dessa forma, verifica-se a importância dos educadores, pois atuam na formação de opiniões e na assimilação de informações (CAMPOS; GARCIA, 2004).

O conhecimento dos professores sobre os hábitos posturais corretos é de fundamental importância para o acompanhamento e a instrução da criança em sala de aula, como uma das medidas preventivas das alterações posturais precoces.

Diante do exposto, o objetivo do presente estudo foi avaliar o conhecimento de professores sobre hábitos e alterações posturais em crianças da pré-escola.

2 MATERIAL E MÉTODOS

Esse estudo constitui parte do projeto de pesquisa intitulado “Detecção precoce de alterações posturais em crianças na idade pré-escolar: diagnóstico e orientações”, desenvolvido por docentes e estudantes do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Estadual de Londrina. O projeto tem como propósito identificar precocemente alterações posturais da coluna vertebral (atitude escoliótica) em crianças na idade pré-escolar (cinco a seis anos), oriundas das escolas da rede pública municipal de Londrina - PR. O estudo descritivo foi realizado em seis escolas, com a participação dos professores de crianças na idade pré-escolar, avaliadas no projeto de pesquisa.

O contato foi realizado, inicialmente, com os gestores das escolas, a fim de informar os objetivos do estudo e solicitar a aplicação do questionário aos professores da pré-escola. Utilizou-se um questionário autoaplicável, contendo perguntas fechadas abordando aspectos

sócio-demográficos (gênero e escolaridade); formação do professor e tempo de atuação na escola; presença de dores na região da coluna vertebral do entrevistado e do pré-escolar e conhecimento sobre a postura (alterações posturais, causas das alterações e hábitos posturais corretos em cinco categorias de postura: em pé; sentada; deitada; no transporte da mochila escolar e nas técnicas de levantamento de objeto).

Quanto às questões referentes aos hábitos posturais, foram utilizadas figuras indicativas de posturas corretas e incorretas e o participante assinalava a postura que julgasse correta. Para as questões “*jeito certo de carregar a mochila*” e “*jeito certo de dormir*”, os professores podiam assinalar mais de uma alternativa. As questões referentes aos hábitos posturais e as figuras foram adaptadas do instrumento proposto por Rebolho (2005), como pode ser observado no Quadro 1.

Também foram incluídas questões referentes à preocupação com alunos mal posicionados nas carteiras, hábito em corrigir a postura dos pré-escolares, efeito da

orientação postural na prevenção de alterações na coluna vertebral e preparo em conduzir um programa preventivo sobre postura.

Os participantes foram informados quanto aos objetivos do estudo e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

O trabalho foi aprovado pelo Comitê de Ética e Pesquisa da Universidade Estadual de Londrina (Parecer PF no. 240/09); com autorização da Secretaria Municipal de Educação de Londrina, de acordo com critérios do Conselho Nacional de Saúde – Resolução 196/96 (BRASIL, 1996).

Para a análise dos dados utilizou-se estatística descritiva por meio do cálculo da média e desvio padrão para as variáveis idade e tempo de trabalho dos professores. Para os demais dados foram expressas as frequências absolutas e relativas.

Quadro 1. Alternativas de respostas do questionário para as questões sobre o conhecimento de pais e professores sobre hábitos posturais.

Posturas		Postura correta	Postura incorreta	Não sabe
Sentada	Costas	Reta encostada na cadeira	Curvada encostada na cadeira ou reta longe da cadeira ou curvada longe da cadeira	Não sei
	Bumbum	Perto da cadeira sem escorregar para frente	Afastado da cadeira sem escorregar para frente	
	Pés	Alcançam o chão, retos e apoiados no chão	Alcançam o chão com a ponta dos pés ou alcançam o chão, mais fico sentada na ponta da cadeira e não uso as costas ou pendurados	
Em pé	Cabeça	Erguida/ Reta	Olhando para cima e olhando para baixo	
	Costas	Reta	Curvado para frente com a barriga para frente e com bumbum arrebitado	
	Pés	Afastados	Juntos	
Mochila		Nas costas com uma alça em cada ombro	Nas costas com as duas alças em um ombro ou segurando do na mão ou à frente com uma alça em cada ombro.	
Abaixar		Dobrar os joelhos	As costas	Não sei
Dormir		De lado	De barriga para baixo ou de barriga para cima	Não sei

Fonte: Rebolho (2005).

3 RESULTADOS

Participaram do estudo 27 professoras da pré-escola, com idade variando de 25 a 47 anos ($29,7 \pm 6,5$), 20 (74,1%) com pós-graduação completa e com $17,6 \pm 4,19$ anos de média de tempo de trabalho como professor.

Quando questionadas sobre dores na coluna, 9 (33,3%) professoras alegaram apresentar dores e, ainda, relataram que 12 (44,4%) alunos também apresentam. De acordo com 15 (55,5%) professoras, os alunos não apresentam boa postura em sala de aula ou em outras atividades desenvolvidas na escola. Todas as professoras referiram preocupação e incômodo ao observarem alunos mal posicionados nas carteiras.

Cerca de 80% das professoras referiram ter o hábito de corrigir a postura dos alunos em sala de aula, porém somente 7 (25,9%) consideraram-se aptas a conduzir um programa preventivo sobre postura. Do total de professoras, 20 (24,7%) referiram apresentar “fraco” conhecimento sobre a coluna vertebral e prejuízos da postura incorreta. Somente 2 (7,4%) responderam ter conhecimento “muito bom”. Apenas 6 (22,2%) das professoras entrevistadas alegaram ter conhecimento sobre o peso ideal da mochila para o estudante e 16 (59,2%) referiram conhecer a postura sentada adequada.

Na percepção das professoras, os fatores que podem levar a alguma desordem postural foram mobiliário, obesidade e calçados (Tabela 1). Sobre a importância da atividade física, 21 (77,7%) afirmaram que tem muita importância para evitar ou diminuir problemas na coluna em crianças. Todas responderam que alterações na postura em crianças poderão acarretar problemas na coluna vertebral quando adultos.

Em relação ao conhecimento das professoras sobre hábitos posturais, as respostas incorretas foram quanto a: posição dos pés na postura ortostática 12 (44,4%), maneira de carregar a mochila 7 (25,9%), posição correta de dormir 6 (22,2%) e modo de abaixar, segurar e levantar objetos do chão 1 (3,7%). As demais questões foram respondidas corretamente por todas as participantes da pesquisa.

Tabela 1. Fatores que podem levar a dor ou acarretar problemas posturais em crianças pré-escolares segundo professoras da pré-escola, Londrina - PR, 2011.

Fatores	Sim	Não
Calçados	24 (88,9%)	3 (11,1%)
Obesidade	24 (88,9%)	3 (11,1%)
Mobiliário Escolar	24 (88,9%)	3 (11,1%)
Posição de dormir	23 (85,2%)	4 (14,8%)
Televisão, vídeo game, computador	23 (85,2%)	4 (14,8%)
Postura sentada	22 (81,5%)	5 (18,5%)
Atividade física	14 (51,9%)	13 (48,1%)
Alimentação	5 (18,5%)	22 (81,5%)

O tipo de calçado mais adequado para os estudantes segundo as professoras foram: tênis 27 (100%) e sandália sem salto 7 (25,9%) (Tabela 2).

Tabela 2. Tipo de calçados mais adequados para o estudante de acordo com as professoras da pré-escola. Londrina - PR, 2011.

Calçados	Sim	Não
Tênis	27 (100%)	-
Sandália sem salto	7 (25,9%)	20 (74,1%)
Sapatilha	6 (22,2%)	21 (77,8%)
Sapato fechado	5 (18,5%)	22 (81,5%)
Sandália plataforma	2 (7,4%)	25 (92,6%)
Chinelo	2 (7,4%)	25 (92,6%)
Sandália com salto	-	27 (100%)

*questão de múltipla escolha.

4 DISCUSSÃO

As professoras da pré-escola apresentaram 17,6 anos em média de tempo de trabalho como professor, o que indica tratar-se de uma amostra com razoável experiência docente.

Verificou-se que 33,3% das professoras alegaram dor na coluna vertebral. A dor músculo-esquelética é uma das três principais queixas de agravos à saúde dos professores e responsável por elevado índice de absenteísmo e aposentadoria (RIBEIRO, 2008). A coluna e os membros inferiores são os locais com maior

prevalência de sintomas em professores como verificado em outros estudos (RIBERIO, 2008; DELCOR; ARAUJO; REIS, 2004).

Dentre os fatores de risco ocupacionais destacam-se: tempo de trabalho como professor maior que quinze anos e lecionar em mais de uma escola; elevada carga horária semanal; pouco ou nenhum tempo de repouso entre as aulas; má remuneração; volume excessivo de trabalho; insatisfação com o emprego; posturas fáticas por tempo elevado; volume elevado de trabalho; muito esforço físico; mobiliário inadequado; posicionamento corporal inadequado e permanência do tempo de atividade laboral em posição ortostática com graus variados de flexão da coluna cervical (CARVALHO; ALEXANDRE 2006; MASCARELLO; BARROS 2007; REIS et al., 2005).

O processo de envelhecimento e exposição continuada a rotinas profissionais e posturais inadequadas possuem forte impacto sobre a incidência de problemas posturais e dores referidas.

Ribeiro (2008) descreve sobre a necessidade de intervenções para a melhoria de aspectos relacionados à organização, condições de trabalho e ambiente escolar, a fim de diminuir as elevadas prevalências de dor músculo-esquelética. A autora destaca também a necessidade de orientações aos professores, para melhor conhecimento dos fatores relacionados à sua atividade laboral.

Observou-se também no presente estudo uma grande preocupação e incômodo das professoras com a má postura dos pré-escolares e o conhecimento satisfatório das mesmas sobre a coluna e hábitos posturais.

Branco et al. (2011) verificaram que os professores de Educação Física são os que menos relataram dor músculo-esquelética e atribuíram à melhor percepção do corpo ao fato de esses profissionais possuírem o conhecimento da prática e da importância da atividade física. Segundo os autores, o oposto se dá com os professores de Educação Artística, que realizam atividades manuais e, em algumas, permanecem por tempo prolongado em uma mesma posição, além de carregarem material para as aulas.

Apesar de 80% das professoras referirem ter o hábito de corrigir a postura de seus alunos, observam-se algumas lacunas: somente 25% consideraram-se aptos a

conduzir um programa preventivo, apenas 22,2% referiram ter conhecimento sobre o peso ideal da mochila para o estudante, 20 (24,7%) referiram apresentar “fraco” conhecimento sobre a coluna vertebral e prejuízos da postura incorreta e 59,2% referiram conhecer a postura sentada adequada. Cerca de 80% não consideraram a alimentação e 50% a atividade física como fatores causadores de dor ou problemas posturais em crianças pré-escolares e em torno de 10% dos professores não consideraram os demais fatores, que já estão consolidados na literatura (REBOLHO, 2005; IUNES et al., 2005; BATISTA; MOREIRA; CORSO, 2007). Além disso, as respostas foram incorretas quanto à posição dos pés na postura ortostática (44,4%), maneira de carregar a mochila (25,9%) e posição de dormir (22,2%).

Pesquisadores têm demonstrado a importância do ensino de conhecimentos de anatomia e biomecânica e hábitos posturais adequados nas atividades do dia a dia na infância. A postura adequada ou a correção precoce de desvios posturais, nessa fase, possibilitam padrões posturais adequados na vida adulta (MARTELLI; TRAEBERT 2006; ZAPATER et al. 2004, CARDON et al., 2000).

Candotti, Rohr e Noll (2011) verificaram que os conteúdos da temática “Educação Postural” não integram as aulas de Educação Física das escolas de 5ª a 8ª séries da Cidade de Montenegro/RS, sendo significativamente negligenciados pela maioria dos professores.

Além da família, a escola exerce influência decisiva na formação dos hábitos e atitudes das crianças. Os valores, em seus diferentes aspectos expressados na escola, geralmente, são adquiridos pelas crianças na sua vivência diária. Desse modo, os profissionais da pré-escola desempenham importante papel e podem influenciar favoravelmente junto às crianças para a construção de hábitos saudáveis, uma vez que atuam diretamente com crianças em processo de formação intelectual e desenvolvimento de condutas e também por representarem modelo e exemplo (DALTO; FERREIRA 1998). Ressalta-se a importância que desempenham em estimular e valorizar as práticas de promoção de saúde na rotina escolar (ABBEG 1999).

Apesar do elevado predomínio de alterações posturais em escolares e da importância da escola na formação de hábitos saudáveis, conferiu-se que há pouca

ênfase nos aspectos preventivos referentes à postura no ensino básico e nos sistemas de saúde (MARTELLI; TRAE-BERT 2006; REBOLHO; CASSAROTTO; JOÃO, 2009). Cardon et al. (2000) referem que a escola deveria ser vista como o local ideal para os primeiros contatos da criança com os conceitos de educação postural.

As limitações do estudo referem-se à baixa participação dos professores na pesquisa e à escassez na literatura de estudos referentes ao conhecimento dos educadores sobre hábitos posturais.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Verificou-se que os professores da pré-escola demonstraram preocupação com os hábitos posturais das crianças, conhecimento insatisfatório sobre postura e a maioria referiu não se sentir apta a conduzir um programa postural de prevenção.

O ambiente escolar é um local ideal para estimular bons hábitos por meio da implementação de programas voltados à educação para a saúde. Conhecimentos e hábitos são importantes para uma vida saudável, para isso é fundamental uma parceria da escola entre educadores, pais/responsáveis e profissionais da saúde. No entanto, os educadores necessitam de maiores informações para abordar com segurança a temática em sala de aula.

AGRADECIMENTOS

À Fundação Araucária por ter possibilitado e financiado o projeto de pesquisa e pela concessão de bolsa de Iniciação Científica ao terceiro autor e ao CNPq pela concessão de bolsa de Iniciação Científica ao quarto autor. À Fundação Nacional de Desenvolvimento do Ensino Superior Particular (FUNADESP) pela concessão de bolsa ao segundo autor.

REFERÊNCIAS

ABBEG, C. Notas sobre a educação em saúde bucal nos consultórios odontológicos, unidades de saúde e nas escolas. *Ação Coletiva*, v. 2, n.22, p. 25-28, 1999.

BATISTA L.R.V.; MOREIRA E.A.M.; CORSO A.C.T. Alimentação, estado nutricional e condição bucal da criança. *Revista de Nutrição*, v. 20, n. 2, p. 191-196, 2007.

BRACCIALLI, L.M.P.; VILARTA, R. Aspectos a serem considerados na elaboração de programas de prevenção. *Revista Paulista de Educação Física*, v. 14, n. 2, p. 159-171, 2000.

BRANCO, J.C.; SILVA, F.G.; JANSEN, K.; GIUSTI, P.H. Prevalência de sintomas osteomusculares em professores de escolas públicas e privadas do ensino fundamental. *Revista Fisioterapia em movimento*, v. 24, n. 2, p. 307-314, 2011.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde/MS Sobre Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisa envolvendo seres humanos. Diário Oficial da União, 10 de outubro de 1996.

BURSTROM, B.; HAGLUND, B.J.A.; TILGREN, P.; BERG, L.; WALLIN, E.; ULLÉN, H., et al. Health promotion in schools: policies and practices in Stockholm County, 1990. *Scandinavian Journal of Social Medicine*, v. 23, n. 1, p. 39-46, 1995.

CAMPOS, J.A.D.B.; GARCIA, P.P.N.S. Comparação do conhecimento sobre cárie dental e higiene bucal entre professores de escolas de Ensino Fundamental. *Ciência Odontológica Brasileira*, v. 7, n. 1, p. 58-65, 2004.

CANDOTTI, C.T.; ROHR, J.E.; NOLL, M. A Educação Postural como conteúdo curricular da Educação Física no Ensino Fundamental II nas escolas da Cidade de Montenegro/RS. *Movimento*, v. 17, n. 03, p. 57-77, 2011.

CARDON, G. et al. Effects of back care education in elementary schoolchildren. *Acta Paediatric*, v. 89, p. 1010-

1017, 2000.

CARNEIRO, J.A.O.; HECTOR, L.M.S.; MUNARO, L.R. Predominância de desvios posturais em estudantes de educação física da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia. **Revista Saúde.Com**, v. 1, n. 2, p. 118-123, 2005.

CARVALHO, A.J.F.P.; ALEXANDRE, N.M.C. Sintomas osteomusculares em professores do Ensino Fundamental. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 10, n. 1, p. 35-41, 2006.

CONTRI, D.E.; PETRUCCELLI, A.; PEREA, D.C.B.N.M. Incidência de desvios posturais em escolares do 2º ao 5º ano do Ensino Fundamental. **Revista Conscientice Saúde**, v. 8, n. 2, p. 219-224, 2009.

DALTO, V.; FERREIRA, M.L. Os professores como agentes promotores de saúde bucal. **Semina**, v. 19, n. 1, p. 47-50, 1998.

DELCOR, N.S.; ARAUJO, T.M.; REIS, E.J.F.B. Condições de trabalho e saúde dos professores da rede particular de ensino em Vitória da Conquista. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 20, n. 1, p. 187-196, 2004.

GRAUP, S.; SANTOS, S.G.; MORO, A.R.P. Estudo descritivo de alterações posturais sagitais da coluna lombar em escolares da rede federal de ensino de Florianópolis. **Revista Brasileira de Ortopedia**, v. 45, n. 5, p. 453-459, 2010.

IUNES, D.H. et al. Confiabilidade inter e intra-examinadores e repetibilidade da avaliação postural pela fotogrametria. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, v. 9, n. 3, p. 327-34, 2005.

MARTELLI, R.C.; TRAEBERT, J. Descriptive study of backbone postural changes in 10 to 16 year-old schoolchildren. Tangará-SC, Brazil, 2004. **Revista Brasileira de Epidemiologia**, v. 9, n. 1, p. 87-93, 2006.

MARTINEZ, R.V.R.; PIZÓN, P.V. Perfil postural en estudiantes de fisioterapia. **Aquichán**, v. 10, n. 1, p. 69-79,

2010.

MASCARELLO, M.R.P.; BARROS, M.E.B. Nos fios de Ariadne: Cartografia da relação saúde trabalho numa escola pública de Vitória-ES. **Revista Brasileira de Educação**, v. 12, n. 34, p. 104-119, 2007.

PENHA, P.J. et al. Postural assessment of girls between 7 and 10 years of age. **Clinics**, v. 60, n. 1, p. 9-16, 2005.

REBOLHO, M.C.T. Efeitos da educação postural nas mudanças de hábitos em escolares de 1ª a 4ª série do ensino fundamental. **Dissertação (Mestrado)** - Faculdade de Medicina, Universidade de São Paulo, 2005.

REBOLHO, M.C.T.; CASSAROTTO, R.A.; JOÃO, S.M.A. Estratégias para ensino de hábitos posturais em crianças: história em quadrinhos versus experiência prática. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 16, n. 1, p. 46-51, 2009.

REIS, E.J.F.B. et al. Trabalho e distúrbios psíquicos em professores da rede municipal de Vitória da Conquista, Bahia, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, v. 21, n. 5, p. 1480-1490, 2005.

RIBEIRO, I.Q.B. Fatores ocupacionais associados à dor músculo-esquelética em professores. **Dissertação (Mestrado)** – Programa de Pós-graduação em Saúde, Ambiente e Trabalho da Faculdade de Medicina da Bahia da Universidade Federal da Bahia, 2008.

SANTOS, C.I.S. et al. Ocorrência de desvios posturais em escolares do ensino público fundamental de Jaguariúna, São Paulo. **Revista Paulista de Pediatria**, v. 27, n. 1, p. 74-80, 2009.

ZAPATER, A.R. et al. Postura sentada: a eficácia de um programa de educação para escolares. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v. 9, n. 1, p. 191-9, 2004.

Enviado em: 30 de setembro de 2012

Aceito em: 17 de março de 2013