

Faculdade de Motricidade Humana
Laboratório de Biomecânica e Morfologia Funcional

Efeito cumulativo da carga mecânica e da actividade física em crianças e adolescentes com diferentes morfologias e níveis maturacionais: identificação de factores preditores de lesão músculo-esquelética na coluna vertebral e membros inferiores



Ano 2010-2011

Faculdade de Motricidade Humana
Laboratório de Biomecânica e Morfologia Funcional

Coordenadoras do projecto

Prof. Dr.^a Maria Filomena Carnide

Prof. Dr.^a Maria Filomena Vieira

Mestrandos

Ana Assunção

José Araújo

Sofia Silva

Contactos

fcarnide@fmh.utl.pt

fvieira@fmh.utl.pt

Consentimento informado

_____, Encarregado(a)
_____, (nome),
de Educação do aluno(a) _____, do _____ (ano e turma), declara autorizar a recolha de dados maturacionais (radiografia do
_____, (n.º de aluno(a)), do _____ (ano e turma), declara autorizar a recolha de dados maturacionais (radiografia do
punho) no âmbito do projecto de investigação: "Efeito cumulativo da carga mecânica e da actividade física em crianças
e adolescentes com diferentes morfologias e níveis maturacionais" (ESM/FMH)

_____, de _____ 2010

(Assinatura do E.E.)

Os primeiros estudos epidemiológicos e clínicos sobre lesões músculo-esqueléticas realizados em crianças em idade escolar, datam dos anos 80. Os resultados desses estudos fornecem evidência sobre a existência de alterações degenerativas na coluna vertebral em estádios de desenvolvimento precoces e revelam a importância de uma intervenção preventiva. Entre os 11-12 anos as lesões músculo-esqueléticas assumem maior expressão e com o avançar da idade a prevalência aumenta, resultando frequentemente em condições de incapacidade.

Os factores genéticos e morfológicos das crianças e adolescentes (ex.: estatura, índice de massa corporal, percentagem de massa gorda) em conjunto com a exposição a determinadas condições do envolvimento podem afectar a sua saúde músculo-esquelética. A escola é um contexto importante para o desenvolvimento destas patologias, como é o caso da postura de sentado por tempo prolongado, o transporte de mochilas com peso excessivo, o mobiliário desajustado e o tempo excessivo de inactividade.

Para além dos factores anteriores, considera-se ainda que o excesso de peso ou obesidade em crianças e adolescentes tem efeitos idênticos aos da carga externa sobre a saúde músculo-esquelética, assumindo a actividade física regular um papel fundamental na prevenção destas patologias.

Neste sentido, o presente estudo pretende **identificar e caracterizar a nossa população juvenil e quais os factores a que estão expostos, para o estabelecimento de estratégias de prevenção de lesões músculo-esqueléticas.**

Principais objectivos do projecto:

- Avaliar o nível de actividade física das crianças;
- Calcular a prevalência de sintomatologia músculo-esquelética na coluna vertebral e membros inferiores;
- Avaliar a exposição externa de natureza biomecânica e natureza psicossocial;
- Analisar de forma integrada a associação da exposição e a sintomatologia músculo-esquelética, tendo em conta o nível de actividade física e maturacional.

Desta forma pedimos autorização para recolhermos com o seu educando (a):

- **Dados antropométricos:** medidas corporais (massa corporal, estatura, comprimentos, diâmetros, perímetros e pregas adiposas) que permitem identificar o tipo morfológico das crianças;
- **Dados maturacionais:** realização de uma radiografia do punho (método TW3) para avaliar a idade óssea.
- **Exposição externa:** aplicação de um questionário de caracterização das mochilas escolares e dos níveis de actividade física (formal e informal). Será ainda feita a caracterização do mobiliário escolar, a partir de medidas directas.
- **Saúde músculo-esquelética:** Aplicação de um questionário sobre os sintomas de dor na coluna vertebral e membros inferiores, bem como a sua intensidade e duração.

A informação obtida neste estudo é confidencial e não será revelada a pessoa alguma sem o seu prévio consentimento, excepto à equipa responsável por este estudo. Os resultados do estudo serão tratados e apresentados de forma inteiramente anónima.

A participação no estudo é voluntária.

Muito obrigada pela sua colaboração!

Consentimento informado

de Educação do(a) aluno(a) _____, Encarregado(a) _____, (nome),
_____ (n.º de aluno(a)), do _____ (ano e turma), declara autorizar a recolha de dados antropométricos e dados relativos à saúde músculo-esquelética no âmbito do projecto de investigação: "Efeito cumulativo da carga mecânica e da actividade física em crianças e adolescentes com diferentes morfologias e níveis maturacionais" (ESM/FMH)

_____ de _____, _____ de _____ 2010

(Assinatura do E.E.)