

AVALIAÇÃO DO PESO CORPORAL EM RELAÇÃO À MOCHILA ESCOLAR EM UMA ESCOLA PRIVADA E UMA ESCOLA PÚBLICA DA ZONA NORTE DE PORTO ALEGRE

NATÁLIA MOREIRA; FERNANDA PERLOT; Ms.DÉBORA RIOS GARCIA
Instituição Educacional São Judas Tadeu, Porto Alegre, RS, Brasil.
nmo.moreira@gmail.com

RESUMO

A mochila é o método mais utilizado pelos alunos para transportar todo o seu material escolar. Esse método pode favorecer uma postura inadequada, principalmente se for transportado acima dos 10% do peso corporal. Este estudo teve como objetivo analisar o peso corporal em relação à mochila escolar em uma escola privada e uma escola pública, para saber se utilizam suas mochilas dentro do peso máximo. Caracterizou-se por uma metodologia observacional transversal analítico-descritivo preocupado em identificar o peso da mochila dos escolares do Ensino Fundamental. Os responsáveis pelos participantes da pesquisa estiveram de acordo com a resolução 196/96. Para a coleta de dados utilizou-se o “Instrumento para Conhecimento da Percepção de Alunos sobre a Postura Adotada no Ambiente Escolar – POSPER. Amostra foi composta por 398 alunos, estudantes do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental. Os resultados obtidos mostraram elevado nível de desconhecimento em relação à existência da Lei da Mochila, preconizando o peso da mesma. Verificamos que mais da metade dos alunos transportam a mochila escolar com peso adequado, ou seja, dentro dos 10% da massa corporal permitida, valor este preconizado pela OMS (2004). Sobre o transporte do material escolar, observou-se que os alunos do 1º ano público e 2º ano privado utilizam a mochila de rodinha e os alunos do 1º, 3º, 4º e 5º ano da escola privada e do 2º, 3º, 4º e 5º ano da escola pública transportam seu material nas costas com alças sobre os dois ombros. A partir dos resultados, conclui-se que os alunos da escola pública e o 1º e 4º ano da escola privada estão dentro da normalidade, e os alunos do 2º, 3º e 5º ano da escola privada estão transportando o material acima dos 10% do peso corporal permitido por lei.

INTRODUÇÃO

Crianças e adolescentes possuem variações de postura constantemente devido ao estirão do crescimento e outros fatores, muitas vezes o corpo das crianças não está preparado para carregar peso, na maioria das vezes às mochilas excedem o peso adequado.

Tendo em vista que no período escolar a velocidade do desenvolvimento corporal é grande e diversos fatores podem desencadear alterações no sistema musculoesquelético, especialmente na coluna vertebral, podendo provocar diversas deformidades (ALMEIDA 2006). Portanto a mochila escolar tem sido motivo de preocupação para os pais, professores, representantes do governo. Os representantes governamentais do Rio Grande do Sul elaboraram a LEI Nº 12.027, de 2003, que prevê o peso máximo total do material escolar transportado por alunos da educação infantil 5% e 10% do peso dos alunos do ensino fundamental da rede pública do Estado do Rio Grande do Sul, em mochilas, pastas e similares. Como os alunos ficam sentados por longas horas durante todo o ano letivo e transportam todos os dias os materiais escolares em mochilas.

De acordo com Hong et al. (2000 apud COSTA, 2010) referem que a mochila é o método genérico e universal mais utilizado pelos alunos para organizar e transportar todo o material escolar, o equipamento desportivo, os suplementos e outros utensílios necessários para a realização das aulas, também é usada não só por ser moda, mas por ser um útil e vantajoso meio de transportar o peso escolar.

Vivemos numa sociedade preconceituosa, onde todos que não possuem comportamentos semelhantes, materiais modernos e marcas que a própria mídia nos impõe podem ser discriminados de alguma forma. Indivíduos que não usam mochilas modernas, matérias escolares do desenho animado do momento, são muitas vezes rejeitados, acarretando problemas de socialização e autoestima.

O tema levantado implica diretamente na prevenção de futuros problemas posturais que terão na fase adulta, sabendo interferir positivamente nesse aspecto, pois é nessa fase que ocorre uma velocidade no crescimento gerando inúmeros vícios de postura, prejudicando o desenvolvimento físico do aluno. Além disso, devem-se lembrar de que o envolvimento de toda comunidade escolar: professores, direção, funcionários, pais e familiares deve ser uma meta a ser atingida, para que os alunos tenham o melhor aproveitamento possível na passagem escolar. Portanto um ambiente escolar saudável é tudo que os pais esperam que seus filhos encontrem ao ingressar na vida escolar.

Por meio de informações, as pessoas, sobretudo as crianças, onde o processo doença ainda não está instalado, orientar a postura adequada para transporte de pesos, como por exemplo, a mochila escolar, objetivando um futuro com menor incidência de dores nas costas, uma vez que, segundo dados da OMS (2004) 85% das pessoas tem, terão, ou tiveram um dia dores nas costas devido a problemas posturais com gênese na infância.

Sendo assim o objetivo do estudo foi avaliar o peso corporal em relação à mochila escolar em uma escola privada e uma escola pública da zona norte de Porto Alegre para saber se utilizam suas mochilas dentro do peso máximo sugerido pela OMS e permitido por Lei Nº 2772/97.

DELINEAMENTO METODOLOGICO

Trata-se de um estudo observacional transversal analítico-descritivo preocupado em identificar o peso da mochila dos escolares do Ensino Fundamental. O peso do material escolar foi obtido através da tomada de duas medidas. Num primeiro momento, os participantes, ao chegarem à sala de avaliação com todo seu material, serão pesados. Em seguida, eles deixaram de lado o material e serão pesados novamente. A partir dessas informações será possível verificar o peso proporcional do material em relação ao peso corporal. Para esse procedimento, será utilizada uma balança digital marca Filizola com precisão de 100g.

O peso proporcional do material escolar será categorizado em inferior a 10% e superior a 10%, segundo valores propostos por Hong e Brueggemann (2000 apud RITTER, 2009) e essa variável será denominada de critério de saúde para o transporte do material escolar.

Participaram deste estudo 308 alunos de uma escola privada, 90 alunos de uma escola pública da Zona norte de Porto Alegre, todos os estudantes do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental. Os participantes estavam na faixa etária dos 6 aos 12 anos. A participação dos alunos na pesquisa esteve de acordo com a resolução 196/96 (BRASIL, 1996) do Conselho Nacional de Saúde (CNS), utilizando-se o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido onde para a coleta de dados utilizou-se o “Instrumento para Conhecimento da Percepção de Alunos sobre a Postura Adotada no Ambiente Escolar – POSPER” (RITTER; SOUZA, 2006 apud RITTER, 2009), adaptado para este estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Público X Privado

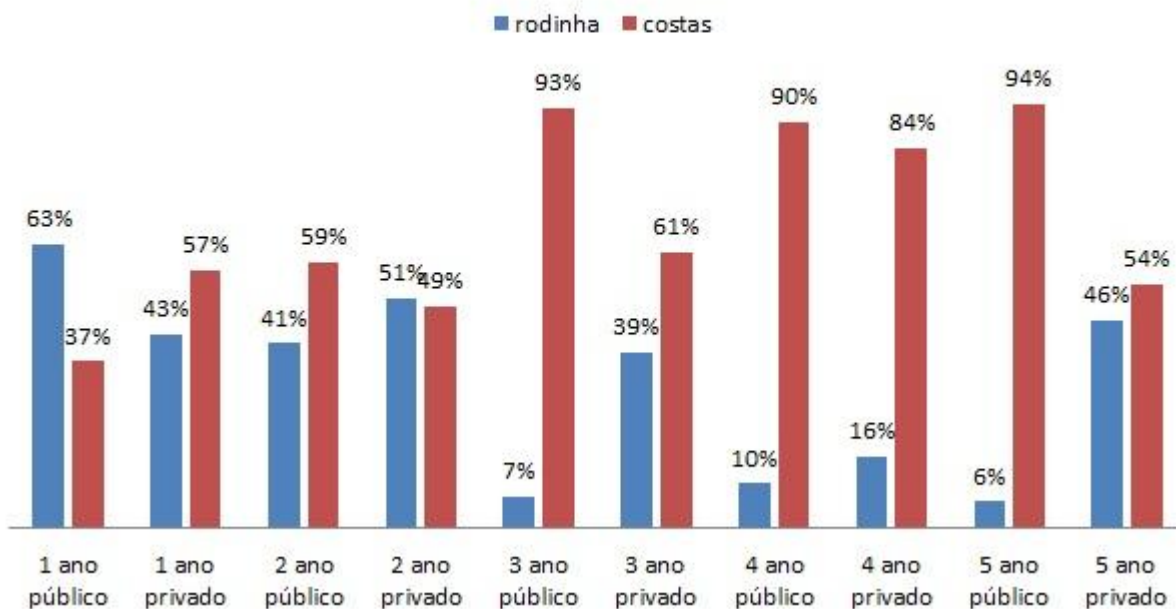


Gráfico 1 – Distribuição qual o tipo de mochila é mais utilizado pelos alunos para o transporte do material escolar.

De acordo com o gráfico 1, a mochila de carregar com as duas alças nas costas é a mais utilizada pelos alunos do 3º, 4 e 5º ano em ambas as escolas. Já o 1º ano da escola pública (63%) e 2º ano da escola privada (51%) utilizam a mochila de rodinha e o 1º ano da escola privada (43%) e o 2º ano da escola pública (59%) utiliza mais nas costas, tanto a de carregar na mão, como a de carregar em apenas um ombro foram às menos citadas.

De acordo com Candotti et al. (2011), escolares do 2º ano (60%) e 5º ano (77,3%), e Sheir-Neiss et al. (2003) 87,6% transportavam as mochilas usando as alças nos dois ombros. Já no estudo de Moura et al.(2009) 88% dos alunos do 4º ano da escola pública utilizam a mochila nas costas causando hiperlordose. Aparício et al.(2005), ao avaliarem o modo de transporte da mochila escolar de 203 escolares da cidade de Salamanca (Espanha), verificaram que praticamente a totalidade dos avaliados utilizavam a mochila com duas alças. Observa-se que 45,8% dos escolares nesta pesquisa carregavam mais que 10%, destes, 8,3% eram de escolas públicas e 37,5% eram de escolas particulares. Entretanto, os resultados demonstram-se menores que os resultados obtidos na pesquisa de Ferst (2004) e Grimmeret al(apud CARVALHO, 2004) Após análise dos questionários aplicados aos indivíduos da amostra, constatou que 15 alunos (68,2%) carregam o material escolar acima dos 10% recomendado pela OMS. Gomes et al. (2011) diz que em relação à forma de transporte do material, o predomínio foi da mochila com duas alças (64,29%). Já no presente estudo a maioria dos pesquisados utilizam a mochila nas costas sobre os dois ombros.

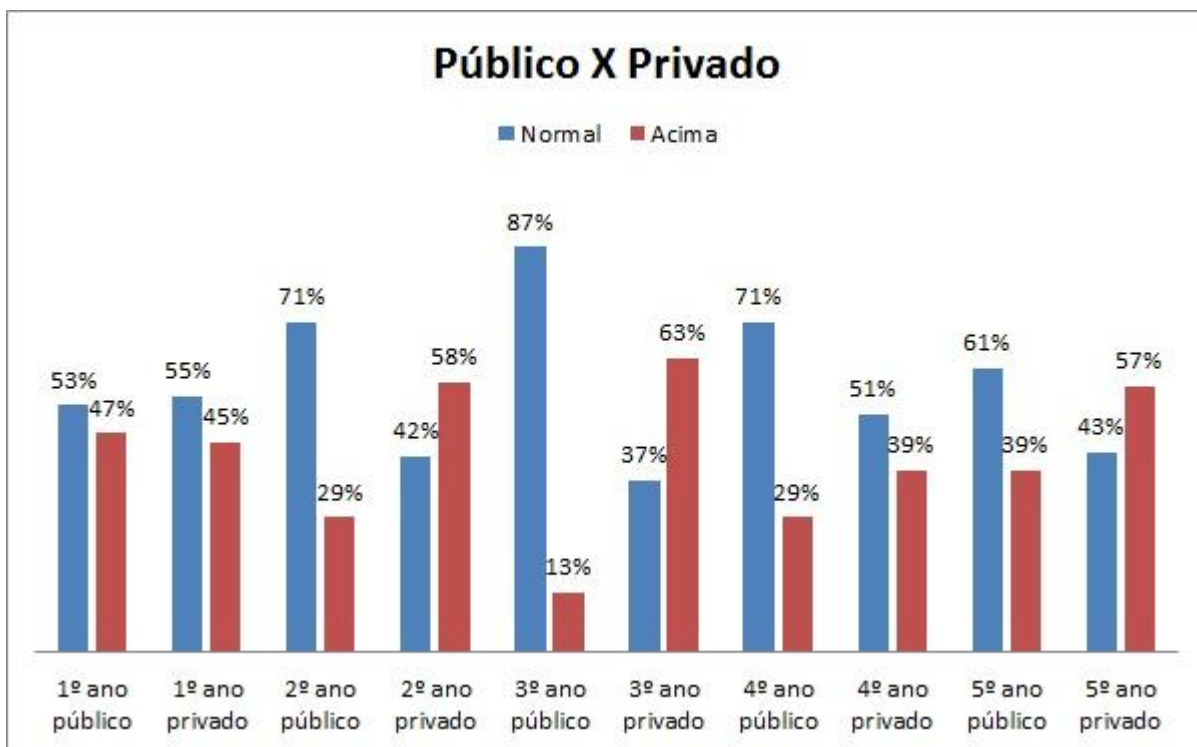


Gráfico 2: Comparação do peso das mochilas.

No gráfico comparativo nota-se que a turma de 2º ano (58%), 3º ano (63%) e 5º ano (57%) da escola privada, estão com peso inadequado, ultrapassando os 10% do peso corporal, já os alunos da escola privada do 1º ano (55%) e 4º ano (51%) estão dentro dos 10% e todas as turmas da escola pública estão dentro de peso adequado.

Já no estudo de Viry et al. (1999) verificou-se o transporte de mochilas com peso acima de 20% do peso corporal correspondendo a 49% das crianças em estudo. De acordo com o estudo de Silva sd, mostra que 54,2% do 4º e 5º ano possuem carga escolar dentro do recomendado, sendo destes 41,6% de escolas públicas e 12,6% de escolas particulares. Ferst (2004) e Grimmeret al (apud CARVALHO, 2004) após analisarem os questionários aplicados aos indivíduos da amostra, constatou que 15 alunos (68,2%) carregam o material escolar acima dos 10% recomendado pela OMS. Almeida et al. (2006) analisou o peso corporal e o peso da mochila escolar de 32 alunos da 4º série de uma escola , após observou que 69,57% transportam o peso da mochila acima da lei e que 30,43% transportam o peso de acordo com a lei. Araujo et al. (2012) observou que 45% dos alunos avaliados apresentaram carga excessiva maior do que 10% estabelecidos pela lei. Negrini, Carabalona e Sibilla et al.(1999) observaram que crianças italianas com idade em torno de 11 anos transportavam uma média de 22% do seu peso corporal como material escolar, sendo que 34,8% dos sujeitos estudados carregavam mais de 30% do peso corporal. Ries et al. (2012) analisaram que 18% das crianças avaliadas transportavam em suas mochilas cargas superiores a 10% do peso corporal. Já no presente estudo verificou-se que a maioria das crianças pesquisadas está com peso adequado dentro dos 10% permitido pela lei da mochila.

CONCLUSÃO

A preocupação da sociedade com o peso das mochilas tem vindo a aumentar ao longo dos últimos anos. Esse problema poderia ser resolvido pelos alunos, pais e a própria escola, que poderia disponibilizar armários onde as crianças pudessem deixar os materiais mais pesados.

Os resultados obtidos sugerem elevado nível de desconhecimento em relação à existência da Lei da Mochila, preconizando o peso da mesma. Verificamos que todos os alunos da rede pública transportam a mochila escolar dentro do peso adequado permitido pela Lei da Mochila, N°2772/97, valor este preconizado pela OMS (2004). Já os alunos da rede privada mais da metade carregam peso acima dos 10% do peso corporal.

Baseado nestes dados, verificamos a importância do presente estudo, assim como a conscientização destes alunos, uma vez que determinadas informações não estão disponíveis para a população, sendo que as escolas tem a obrigação da aquisição de tal conhecimento. Também se comprovou que nas escolas privadas o excesso de peso era mais elevado que nas públicas.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Danilo. **O estudante e sua postura**. 2007. Disponível em: <http://www.nossadica.com/saude_o_estudante_e_sua_postura.php> Acesso em: 02 maio 2013.

BLOG da ACC. **Mochila pesada**. 05 mar. 2010. Disponível em: <<http://accfisioterapia.com.br/blog/mochila-pesada/>>. Acesso em: 15 mar. 2013.

CANDOTTI, Cláudia Tarragô; NOLL Maria; ROTH Eliane. **Avaliação do peso e do modo de transporte do material escolar em alunos do ensino fundamental**. Porto Alegre, 2011.

Disponível em:

<<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:jZ14alfw18YJ:www.scielo.br/pdf/rpp/v30n1/15.pdf+&cd=5&hl=pt-BR&ct=clnk&gl=br>>. Acesso em 20 set. 2013.

CARVALHO, Priscila de; AUDI, Soraya Garcia. **Verificação do peso das mochilas escolares utilizadas por estudantes universitários do curso de fisioterapia de uma instituição da rede privada do município de Osasco**. São Paulo, 2009. Disponível em:

<<http://www.fiepbulletin.net/index.php/fiepbulletin/article/view/1117>>. Acesso em: 21 ago. 2013

MOURA, Bruna Moraes de; FONSECA Charlene de Oliveira; PAIXÃO Taynã Feliz. **Relação quantitativa entre o peso da mochila escolar x o peso da criança e suas possíveis alterações posturais e algias**. Belém, 2009. Disponível em:

<http://www.unama.br/novoportal/ensino/graduacao/cursos/fisioterapia/attachments/article/131/analise_quantitativa_peso_mochila_peso_crianca_algias.pdf>. Acesso em: 13 ago. 2013.

RÊGO, Joseany Soares; GOMES, Karla Sabrina Ribeiro; LIMA, Marcus Vinícius Viégas; LIMA, Fernando César Vilhena Moreira. **Postura e ambiente escolar**. 13 nov. 2006. Disponível em: <<http://www.jornalpequeno.com.br/2006/11/13/Pagina45554.htm>>. Acesso em: 05 mar. 2013.

RITTER, Alexandre Luis da Silva. **Postura corporal ao sentar e transportar material escolar**. 2009. Tese (Doutorado) – Programa de Pós-Graduação em Ciências do Movimento Humano, Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2009.

Disponível em:

<<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/18525/000730414.pdf?sequence=1>>.

Acesso em: 19 mar. 2013.

SILVA, Leilane de Aguiar. **Análise da relação entre a massa corpórea e a massa das mochilas em escolares do 4º e 5º ano do ensino básico em Santarém-PA**. 1999. Disponível em: <<http://www.portalbiocursos.com.br/artigos/ortopedia/99.pdf>> Acesso em : 24 out. 2013.

FIEP BULLETIN - Volume 84- Special Edition - ARTICLE I - 2014 (<http://www.fiepbulletin.net>)

Natália Moreira
Rua Augusto Porto Alegre, 105 – Sarandi – Porto Alegre, RS – CEP: 91110-250