

Influência das alterações posturais do pé no equilíbrio corporal

Cristiane Miyashiro¹
Clarice Tanaka²

RESUMO: Em virtude da carência de estudos relacionando a postura do pé com o equilíbrio corporal, foi realizado um estudo com o objetivo de verificar a influência das alterações posturais do pé no equilíbrio corporal e as estratégias de equilíbrio utilizadas para mantê-lo em condições não patológicas. O estudo foi realizado com 10 sujeitos, do sexo feminino, saudáveis, com idade de 20 a 25 anos, não praticantes de atividade física regular que foram avaliados e classificados em quatro grupos de acordo com o tipo de pé apresentado: pés normais (grupo NL); pés planos (grupo PL); pés cavos (grupo CV); e um pé normal e outro cavo (grupo NLCV). Foi também avaliada a estratégia de equilíbrio utilizada na manutenção da postura ortostática, sendo classificada em estratégia do tornozelo ou do quadril. Os sujeitos ainda foram submetidos a testes de equilíbrio (apoio unipodálico; apoio bipodálico "calcanhar-dedos"; apoio no antepé; caminhada sobre trilha de madeira) e receberam pontuação de acordo com o tempo de permanência nas posições, intensidade de oscilação apresentada e, no caso da caminhada, a distância percorrida. Observou-se através dos resultados obtidos que os grupos NL e PL apresentaram estratégia de tornozelo,

enquanto os grupos CV e NLCV tendência à estratégia do quadril. No teste de apoio unipodálico, houve diferença significativa na pontuação do grupo NL (81,7% da pontuação máxima) e NLCV (82%) em relação ao grupo PL (71,3%). No entanto, não houve diferença entre CV, NL e NLCV, nem entre CV e PL. No teste de apoio bipodálico, houve diferença significativa entre o grupo NL (94,8%) e os grupos NLCV (81,2%), CV (79,3%) e PL (75,1%). No teste de apoio sobre o antepé, houve diferença significativa entre o grupo CV (56,2%) e os grupos NL (100%), NLCV (87,5%) e PL (79,2%). Não houve diferenças importantes no teste de caminhada sobre a trilha de madeira. De acordo com os resultados, verifica-se que o grupo NL apresentou melhor equilíbrio que os demais; e o grupo NLCV apresentou melhor equilíbrio que os grupos PL e CV. Conforme o esperado, os dados sugerem que o bom alinhamento do pé contribui para o equilíbrio postural. No entanto, para que haja confirmação dos resultados obtidos é necessário um estudo com uma amostra maior de indivíduos.

DESCRITORES: Pé. Postura. Equilíbrio.

¹ Aluna

² Orientadora

Endereço para correspondência:
Departamento de Fisioterapia,
Fonoaudiologia e Terapia Ocupacional
da FMUSP. Rua Cipotânea, 51. Cidade
Universitária. São Paulo, SP, Brasil.
CEP: 05360-000