

15° FEPEG

FÓRUM DE ENSINO, PESQUISA, EXTENSÃO E GESTÃO

2021

“Universidade e a transformação pela inovação tecnológica: Novas formas do fazer pedagógico.”



AUTOR(ES): ADELZA VIEIRA DE SOUZA, MICHELY DE JESUS SOUZA, SUZANE ARIADINA DE SOUZA, WESLEY DOS REIS MESQUITA e VERLANE GONÇALVES SANTOS.

ORIENTADOR(A): VERLANE GONÇALVES SANTOS

USO DE SMARTPHONE E SUA RELAÇÃO COM ALTERAÇÕES BIOMECÂNICAS QUE CAUSAM DISTÚRBIOS MUSCULOESQUELÉTICOS E DOR

RESUMO: O número de usuários de smartphones está aumentando rapidamente. O uso de smartphones muitas vezes obriga os usuários a adotarem posturas inadequadas, levando a um maior risco de doenças musculoesqueléticas e dor. Esta é uma transformação digital global, mas é ainda mais intensa entre os jovens. Nessa perspectiva, estudos têm mostrado que além das alterações comportamentais e psicológicas, as alterações posturais também podem causar dores e desconfortos musculoesqueléticos, sendo necessário compreender essa realidade. O objetivo deste estudo é realizar uma revisão da literatura que avaliam o efeito na biomecânica corporal do uso de smartphone em distúrbios musculoesqueléticos e dor. Uma busca nos bancos de dados PubMed, Lilacs e BVS usando palavras-chave smartphone, distúrbios musculoesqueléticos e dor foi realizada nos meses de maio a julho de 2021. Não foi restringido idioma e a data das publicações foi limitada entre 2011 e 2021. Após a leitura e seleção dos estudos 12 foram elegíveis para inclusão na revisão. Os resultados mostraram que a atividade muscular do trapézio superior, eretores da espinha e extensores do pescoço aumentaram, bem como aumentaram o ângulo de flexão da cabeça, o ângulo de inclinação da cabeça e o deslocamento da cabeça durante o uso do smartphone. Além disso, o uso de smartphone na postura sentada parece ter maior probabilidade de causar alterações no ângulo da cabeça e pescoço do que na postura em pé. O uso de smartphones pode causar doenças musculoesqueléticas. Uma possível explicação é que a estabilidade postural está relacionada à posição da cabeça e ao movimento em pé, pois dobrar ou alongar o pescoço na postura ereta pode alterar a estabilidade postural. Portanto, ao usar um smartphone na postura em pé, os usuários tendem a minimizar as mudanças na postura do pescoço para evitar a instabilidade da postura. Portanto, as mudanças estruturais ocasionadas pelo uso frequente de smartphones podem exacerbar a dor, e pessoas que usam smartphones frequentemente relatam essa situação com mais frequência do que pessoas que usam com pouca frequência. Assim podemos concluir que o uso de smartphones pode levar a alterações musculoesqueléticas clínicas e subclínicas, bem como a fatores relacionados à dores de cabeça e pescoço, nas áreas dos ombros e braços e nas áreas do polegar, assim medidas de prevenção nesta área devem ser estudadas e informadas para que problemas de saúde física possam ser evitados.

PALAVRAS-CHAVE: Distúrbios musculoesqueléticos. Dor. Smartphone.