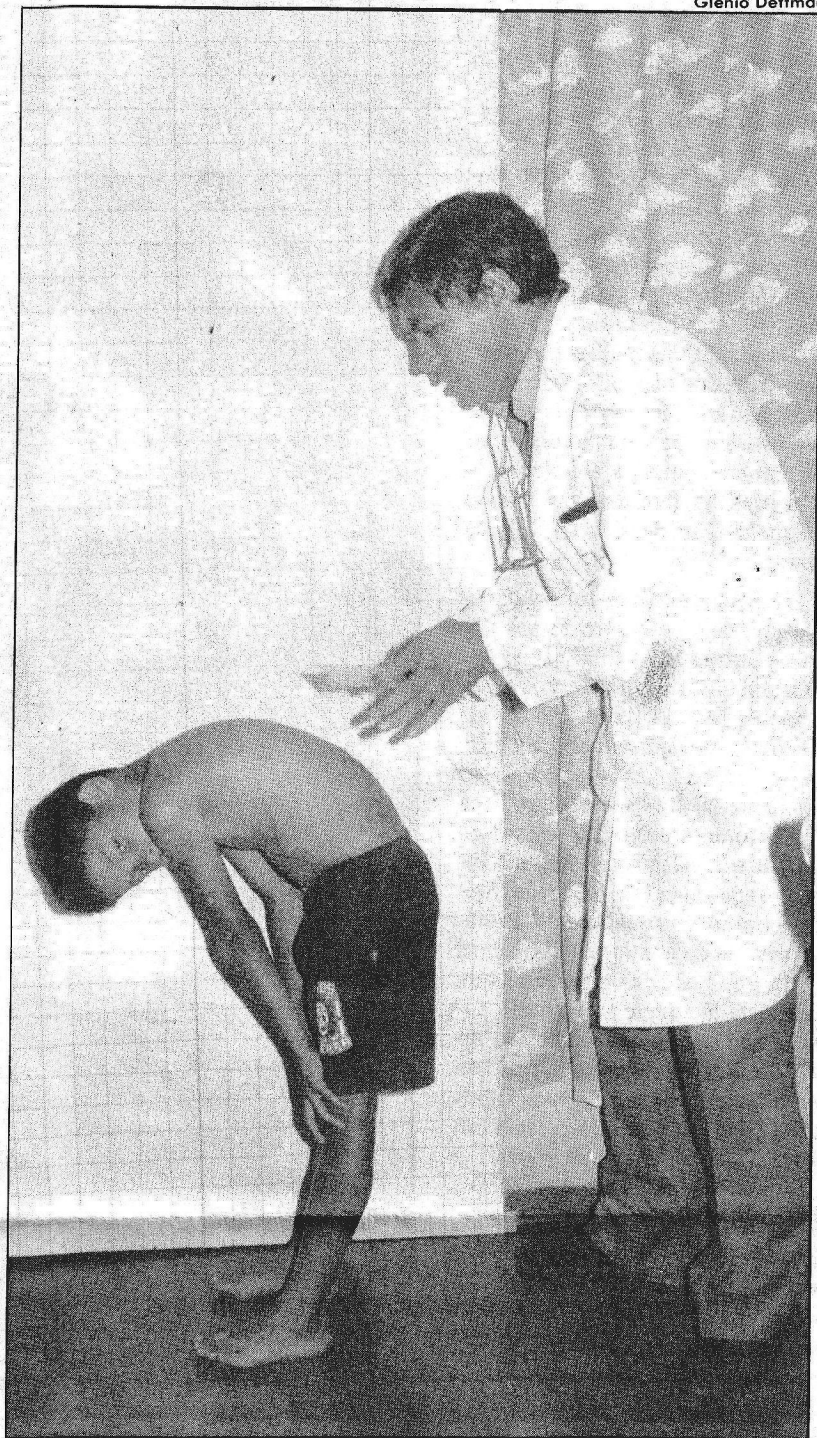




Ortopedistas examinaram 416 estudantes de Sobradinho

Exercícios corrigem problemas

38 A pesquisa desenvolvida pela unidade de Ortopedia do Hospital Regional de Sobradinho na rede de ensino público da cidade vai continuar. Anelino salienta que o tratamento de escolioses torácicas deve ser feito até o término do crescimento da criança, entre os 16 e 17 anos. Dos 416 estudantes examinados, 47% deles apresentam desvios na coluna devido a problemas de postura e que, por serem casos benignos, são fáceis de tratar. Após o exame realizado pela Unidade Ortopédica, os alunos devem voltar ao hospital em seis meses ou dois anos, dependendo da gravidade do desvio, para verificação.

O diretor da Unidade de Ortopedia do HRS esclarece que os remédios podem ser necessários para diminuir a dor. Mas somente o equilíbrio da musculatura, adquiri-

do através da prática de esportes ou ginástica adequadas, garantem menos sobrecarga à coluna vertebral.

Posturas — A postura inadequada é responsável pela grande maioria dos casos de desvios na coluna. No trabalho desenvolvido pela Ortopedia do HRS, os alunos examinados receberam orientações posturais para diminuir a incidência de escolioses. A mochila dos estudantes é a vedete dos esclarecimentos. O peso da mochila deve estar de acordo com o tamanho da criança.

Qualquer pessoa ao agachar-se deve dobrar os joelhos e não a coluna. As mulheres devem preferir os sapatos de saltos baixo e largo aos de salto alto. Ao varrer a casa ou praticar serviço semelhante, as pessoas devem evitar curvar as costas e, ao vestir calças, devem sentar-se. (R.S.)