

Desvios podem ser prevenidos

O ortopedista Anelino Rezende, chefe da Unidade do Hospital Regional de Sobradinho, diz que os pais podem identificar facilmente, em casa, sinais que indicam a ocorrência de uma escoliose infantil. Como primeiro conselho, ele adverte sobre a importância que deve ser dada à coluna vertebral. "As pessoas só lembram dela quando começa a incomodar e nesses casos, remédios não resolvem nada — sou contra a prescrição de listas intermináveis de paliativos", comenta.

Se houvesse consciência sobre a importância da coluna, o médico lembra que não seria tão grande o número de licenças médicas autorizadas pelo Inamps por esse motivo. Segundo ele, estudos já comprovaram ser escolioses e lombalgias os principais motivos para dispensa do trabalho. "Sentir o corpo é fundamental", opina. Para evitar as medicações, ele diz apostar nas terapias alternativas como auxiliar no tratamento, mas ressalta: a postura correta é indispensável.

O trabalho da equipe de Anelino de Rezende junto aos alunos da Fundação Educacional foi tema de uma tese desenvolvida ano passado pelo professor Celso Chiarini, da Universidade de Brasília. O estatístico concluiu o estudo "Escoliose na População Infantil de Sobradinho", em dezembro de 1992, com base em dados coletados pela Unidade de Ortopedia do HRS e análises similares realizadas na Inglaterra, também com a comunidade infantil, entre cinco e 17 anos.

Identificação — Antes de levar os filhos ao médico, sob suspeita de escoliose, os pais podem fazer um exame preliminar fácil e rápido, que consiste no seguinte:

— Com a criança despida e descalça e braços pendentes, deve ser observada a distância entre os cotovelos e ao abdôme. O ângulo deve ser o mesmo.

— Feito isso, estar atento ao equilíbrio dos ombros é importante. Com a criança encostada na parede, a altura deve ser

marcada com dois pequenos riscos, que devem estar iguais. Um mais alto que outro indica desvio na coluna.

— Depois, na posição curvada para frente e com os braços pendentes em linha perpendicular ao corpo, verifica-se a altura do dorso. Com uma régua apoiada nas costas fica mais fácil identificar um problema, no caso de desequilíbrio ou diferença de alturas.

— Um outro teste é o das passadas. Com os pés da criança sujos de talco, fazê-la caminhar e verificar a posição das pegadas. Elas devem estar na mesma posição (sem pender para os lados) e demonstrando a curvatura da planta do pé.

— Quando a criança estiver em pé com os braços pendentes, observar as vértebras — em alguns casos, o desvio é perceptível pelo tato. O exame deve ser feito desde a região lombar, próxima à cintura, até a cervical, no pescoço. Os desvios podem acontecer em qualquer uma das partes da coluna.

— Diferença entre o tamanho das pernas também causa escoliose. O médico lembra que o máximo aceitável entre as duas é dois centímetros. No caso de crianças não se aconselha o uso de saltos que compensem a diferença, que, com o tempo, pode desaparecer ou ser reduzida.

Alertas — Além da postura, o ortopedista ressalta que algumas práticas esportivas são prejudiciais às crianças. Enquanto a natação, o ciclismo e a ginástica aparecem como favoráveis, a musculação e a aeróbica podem trazer sérios danos à coluna vertebral. Os meninos que, a partir dos 15 anos, começam a se preocupar com o desenvolvimento dos músculos devem tomar cuidado com os excessos. O médico lembra que peso demais pode provocar um tipo de doença que retarda o crescimento. A musculação é permitida, no entanto, quando é leve e moderada, com a orientação de profissionais.

As meninas adeptas da ginástica aeróbica também devem tomar muito cuidado. Anelino Rezende prevê serem elas pacientes em potencial dos consultórios de ortopedia no futuro. "Como é um exercício de impacto, podem adquirir uma artrose precoce ou uma lesão de menisco. Não há joelho que resista", conclui. Ginástica olímpica ou esportes que exercitam todos os músculos do corpo são os mais indicados.