

FREQUÊNCIA DE DORES LOCALIZADAS EM UNIVERSITÁRIOS

Pesquisador(es): BONAMIGO, Daniela; RIBEIRO, Andréa Jaqueline Prates

Curso: Educação Física

Área: Ciências da Vida

Resumo: A dor é uma sensação de desconforto e que é muitas vezes resultado de algo que não está bem com uma zona do corpo. Nessa pesquisa, objetivou-se verificar as dores mais frequentes no corpo de acadêmicos de diversos cursos da Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC, São Miguel do Oeste/SC. O presente estudo foi realizado a partir do componente curricular de Medidas e Avaliação em Atividade Física (Curso de Licenciatura em Educação Física) em 2017/01. A amostra foi composta por 63 universitários, sendo 30 mulheres, com uma média de 20,4 anos e 33 homens, com uma média de idade de 21,6 anos. Utilizou-se um instrumento contendo um “boneco de dor” com vista anterior e posterior para os universitários localizarem as dores mais frequentes em seu corpo. Os dados foram analisados de forma descritiva (média para a idade e análise de frequência absoluta para análise das dores localizadas). No gênero masculino, os três locais com maiores frequência de dores foram na região lombar, em ambos os joelhos e nas costas. Já no gênero feminino as dores mais encontradas foram nas costas, na região lombar e em ambos os ombros. Conclui-se que a frequência de dores para ambos os gêneros foi alta, e pode estar relacionada a inúmeros fatores tais como: aspectos sensoriais, afetivos, autonômicos e comportamentais. Dessa forma, ressalta-se que a Educação Física afirma-se, segundo as mais atualizadas pesquisas científicas, como atividade imprescindível à promoção e à preservação da saúde e qualidade de vida.

Palavras-chave: Educação Física. Saúde. Dores localizadas. Universitários.

E-mails: bonamigodaniela@hotmail.com; andrea.ribeiro@unoesc.edu.br