

LABORATÓRIO DE REABILITAÇÃO FÍSICA

Pesquisador(es): FRANZEN, Milaine de Sousa; TÊO, Jucielly Carla

Curso: Educação Física Bacharelado

Área: Ciências da Vida e da Saúde

Resumo: O laboratório de reabilitação física da UNOESC, campus Chapecó, realizou durante o primeiro semestre de 2019 importantes atividades quanto a investigação de alterações posturais em diferentes públicos como atletas de diferentes esportes e categorias, bem como de idosos. As avaliações posturais foram realizadas nas dependências do laboratório, pela profissional fisioterapeuta e pelos bolsistas do curso de educação física que após identificar as alterações deram início as práticas de ginástica postural para as categorias de base da Associação Chapecoense de Futebol e para a Universidade da Melhor Idade, pela importância, respectivamente, da qualidade de movimento e qualidade de vida. A melhora da postura influencia diretamente no gesto esportivo, auxiliando no desempenho individual de cada atleta e por conseguinte sua equipe. Na terceira idade a postura é significativa para a melhora de equilíbrio e consciência corporal, favorecendo a execução de atividades da vida diária com independência e funcionalidade. O time de voleibol APROV/UNOESC também participou de aulas de flexibilidade durante a temporada pré-competitiva, além dos atendimentos individuais aos atletas que apresentaram lesões ou necessidade de reabilitação.

Palavras-chave: Avaliação postural. Ginástica postural. Reabilitação.

E-mails: milaine.sousa@gmail.com, jucielly.teo@unoesc.edu.br

