UNIVERSIDADE ESTADUAL DE GOIÁS
UNIDADE UNIVERSITÁRIA DE INHUMAS
PROGRAMAS DE PÓS-GRADUAÇÃO DA UEG
CRISTIANO MURILO COSTA

FISIOTERAPIA E EDUCAÇÃO: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A EDUCAÇÃO POSTURAL NA PERSPECTIVA DA TEORIA HISTÓRICO-CULTURAL

INHUMAS - GOIÁS
2026

FISIOTERAPIA E EDUCAÇÃO: UMA REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A EDUCAÇÃO POSTURAL NA PERSPECTIVA DA TEORIA HISTÓRICO-CULTURAL

Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação da Universidade Estadual de Goiás para obtenção do Título de Mestre em Educação.

Orientador: Prof. Dr. Made Júnior Miranda.

INHUMAS - GOIÁS
2026

RESUMO

Problemas posturais constituem um desafio relevante no contexto educacional e de saúde pública, associados a hábitos inadequados, sedentarismo e uso excessivo de dispositivos eletrônicos. Diante desse cenário, a educação postural destaca-se como estratégia preventiva no ambiente escolar. Esta dissertação investiga a seguinte questão de pesquisa: Como a atuação fisioterapêutica, fundamentada na Teoria Histórico-Cultural, pode contribuir para a promoção da educação postural e para o desenvolvimento da consciência corporal de estudantes do ensino fundamental? O estudo tem como objetivo geral examinar as contribuições da fisioterapia para a formação postural de escolares, à luz dos processos de mediação e internalização que caracterizam o desenvolvimento humano. A fundamentação teórica apoia-se nos pressupostos da Teoria Histórico-Cultural, com destaque para as contribuições de Vygotsky, articuladas a produções científicas das áreas da fisioterapia, da educação e da saúde coletiva. Metodologicamente, trata-se de uma pesquisa de natureza qualitativa, do tipo bibliográfica, de caráter descritivo e analítico, realizada a partir da análise crítica de livros, artigos científicos e documentos normativos pertinentes ao tema. Os resultados indicam que a literatura aponta elevada prevalência de hábitos posturais inadequados no contexto escolar e evidenciam a relevância das intervenções educativas mediadas pela fisioterapia para a promoção da consciência corporal e a prevenção de disfunções musculoesqueléticas. Conclui-se que a fisioterapia, fundamentada em uma perspectiva histórico-cultural, apresenta contribuições significativas para a educação postural e para a promoção da saúde no ambiente escolar.

Palavras-chave: Educação postural. Fisioterapia escolar. Teoria Histórico-Cultural. Postura corporal. Promoção da saúde.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....05
2. TEORIA HISTÓRICO-CULTURAL E O DESENVOLVIMENTO HUMANO11
3. POSTURA E SEUS IMPACTOS SOBRE SAÚDE E FUNCIONALIDADE21
4. PROMOÇÃO DE HÁBITOS CORPORAIS SAUDÁVEIS30
5. FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO DE EDUCAÇÃO DO ALINHAMENTO CORPORAL.....34
6. METODOLOGIA39
6.1. SELEÇÃO DE ESTUDOS40
6.2. COLETA DE DADOS41
6.3. ANÁLISE DE DADOS43
6.4. SÍNTESE DOS RESULTADOS45
6.5. CONFIABILIDADE E VALIDADE47
6.6. CONSIDERAÇÕES ÉTICAS48
7. RESULTADOS49
8. DISCUSSÃO52
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS55
REFERÊNCIAS.....57

1. INTRODUÇÃO

Os problemas relacionados à organização postural configuram-se, na contemporaneidade, como um dos principais desafios tanto para a saúde pública quanto para o campo educacional, especialmente no que se refere à formação corporal ao longo da escolarização básica. A literatura científica tem demonstrado que padrões posturais inadequados, quando incorporados precocemente ao cotidiano escolar, tendem a se consolidar ao longo do desenvolvimento humano, repercutindo negativamente sobre a saúde musculoesquelética, a funcionalidade e a qualidade de vida ao longo do ciclo vital (Kendall *et al.*, 2007; Fernandes; Casarotto, 2012). Trata-se de um fenômeno complexo e multifatorial, cuja compreensão exige abordagens que ultrapassem explicações simplificadoras ou restritas à dimensão exclusivamente biomecânica.

As alterações do alinhamento corporal não decorrem apenas de fatores individuais ou biológicos, mas são produzidas em contextos sociais específicos, marcados por determinadas formas de organização do tempo, do espaço e das práticas corporais. No cenário educacional, diversos elementos têm sido associados ao aumento dessas disfunções, entre os quais se destacam a permanência prolongada em posições inadequadas durante as atividades escolares, o uso incorreto de mochilas, o sedentarismo, a organização do mobiliário e a intensificação do uso de dispositivos tecnológicos. Tais fatores refletem transformações mais amplas nos modos de vida contemporâneos e impactam diretamente as experiências corporais vivenciadas no espaço escolar.

Sob essa perspectiva, a postura passa a expressar não apenas características individuais, mas também condições sociais, culturais, pedagógicas e organizacionais que atravessam o cotidiano da escola. O corpo, nesse entendimento, constitui-se como síntese de múltiplas determinações históricas e sociais, o que evidencia a necessidade de compreendê-lo como construção mediada culturalmente, e não como entidade neutra ou exclusivamente biológica (Oliveira, 2002; Ribeiro; Cardoso, 2016). Essa compreensão desloca o debate postural de uma abordagem corretiva isolada para um campo analítico mais amplo, que envolve educação, cultura e saúde coletiva.

A escola, enquanto espaço institucional privilegiado de socialização, aprendizagem e desenvolvimento, desempenha papel central na formação de condutas corporais. Ao longo da escolarização básica, os estudantes permanecem grande parte do tempo envolvidos em atividades que exigem posições estáticas, frequentemente em ambientes pouco adequados do ponto de vista ergonômico. Quando tais condições não são problematizadas por meio de ações

educativas conscientes e sistematizadas, favorecem a incorporação de padrões posturais potencialmente prejudiciais à saúde. Desse modo, a educação para a consciência corporal emerge como temática relevante no campo educacional e da saúde, exigindo abordagens que articulem prevenção, formação e desenvolvimento humano de maneira integrada e contínua.

Nesse contexto, a formação postural assume centralidade como eixo educativo e preventivo, não se restringindo à transmissão de orientações corretivas ou à prescrição de comportamentos corporais padronizados. Compreendida em uma perspectiva ampliada, essa formação constitui um processo educativo permanente, sistemático e intencional, voltado à construção de uma consciência corporal crítica, reflexiva e socialmente situada. Trata-se de uma prática pedagógica que possibilita aos sujeitos compreenderem o próprio corpo em relação ao ambiente, às práticas escolares e às exigências socioculturais que os atravessam, reconhecendo o corpo como dimensão constitutiva do processo educativo e do desenvolvimento humano.

Ao considerar a postura como prática socialmente construída, a educação corporal passa a envolver a mediação de conhecimentos, valores, atitudes e significados relacionados ao corpo, ao movimento e à saúde. Esse processo desenvolve-se nas interações cotidianas, sendo influenciado pelas condições materiais da escola, pelas práticas pedagógicas, pela organização do tempo e do espaço escolar e pelas expectativas socioculturais atribuídas ao corpo. Nessa direção, a educação postural não se limita à prescrição de posturas consideradas adequadas, mas busca promover a compreensão crítica das relações entre corpo, ambiente e atividade, favorecendo a autonomia e a autorregulação corporal dos estudantes (Oliveira, 2002).

A literatura aponta que intervenções educativas restritas à correção postural tendem a apresentar efeitos limitados e pouco duradouros, uma vez que desconsideram os processos de aprendizagem e apropriação de práticas corporais envolvidos na formação de hábitos. A educação postural, ao contrário, pressupõe a articulação entre conhecimento teórico, vivência corporal e reflexão crítica, possibilitando que os estudantes compreendam o sentido das práticas corporais e reconheçam sua relevância para a saúde e o bem-estar ao longo da vida. Essa abordagem amplia o alcance das ações educativas, integrando-as ao projeto pedagógico da escola e ao processo formativo dos sujeitos.

Inserido nesse cenário, o presente estudo propõe-se a investigar, em perspectiva teórica, a educação postural no contexto escolar, articulando contribuições da fisioterapia e da educação à luz da perspectiva histórico-cultural. Trata-se de uma pesquisa de natureza bibliográfica, voltada à análise crítica da produção científica nacional e internacional relacionada à temática. A escolha desse delineamento decorre da necessidade de compreender o estado do

conhecimento sobre educação postural, bem como de identificar fundamentos teóricos capazes de sustentar práticas educativas e preventivas consistentes no ambiente escolar.

O estudo delimita-se ao campo da educação escolar, tomando o ensino fundamental como etapa estratégica do processo educativo, compreendida como período central para a formação de rotinas corporais e para a promoção da saúde ao longo do desenvolvimento humano. Tal delimitação não visa restringir a relevância da temática a um único segmento educacional, mas destacar a escolarização básica como espaço privilegiado para a construção de práticas corporais que tendem a acompanhar os sujeitos ao longo da vida, influenciando sua relação com o corpo, o movimento e a saúde em diferentes contextos sociais.

O objetivo geral desta dissertação é analisar as contribuições da prática fisioterapêutica para a educação postural escolar, à luz da abordagem histórico-cultural, considerando os processos de mediação e internalização envolvidos na constituição do sujeito. A investigação é orientada pela seguinte questão de pesquisa: como a fisioterapia, fundamentada na perspectiva histórico-cultural, pode contribuir para a formação de hábitos posturais saudáveis no contexto educacional, considerando os fatores culturais, sociais e pedagógicos que influenciam esse processo? Parte-se do entendimento de que a educação postural constitui prática formativa que ultrapassa a correção física pontual, envolvendo a construção de uma consciência corporal crítica e socialmente situada.

Com vistas a atender a esse objetivo geral, o estudo propõe-se a analisar os fundamentos conceituais da postura corporal e das alterações posturais, considerando suas implicações para a saúde e para o desenvolvimento humano ao longo do ciclo vital. Busca-se, ainda, compreender a postura corporal como prática socialmente construída, à luz da Teoria Histórico-Cultural, enfatizando os processos de mediação e internalização envolvidos na formação de hábitos posturais. Nesse percurso, pretende-se investigar a educação postural no contexto escolar como estratégia formativa e preventiva, articulando as dimensões pedagógicas, culturais e sociais presentes no cotidiano da escola. O estudo também se propõe a analisar a atuação da fisioterapia no ambiente escolar, compreendendo-a como prática clínica-educativa e mediadora na promoção da saúde postural. Por fim, objetiva-se sistematizar contribuições da literatura científica acerca da articulação entre fisioterapia e educação na formação de hábitos posturais saudáveis durante o ensino fundamental, evidenciando convergências teóricas, avanços e lacunas existentes no campo.

Do ponto de vista conceitual, a postura corporal é compreendida, neste estudo, como o equilíbrio e o alinhamento entre os segmentos corporais, mantidos pela ação integrada dos sistemas osteomuscular e nervoso, possibilitando estabilidade, eficiência e economia de

movimento (Kendall *et al*., 2007). Essa definição permite compreendê-la como condição dinâmica, constantemente ajustada às demandas do ambiente e às atividades realizadas pelos sujeitos. As inadequações posturais, por sua vez, referem-se a desvios persistentes desse alinhamento que, quando associados a hábitos inadequados e a contextos educativos pouco favoráveis, podem gerar sobrecargas articulares, dores musculoesqueléticas e limitações funcionais (Fernandes; Casarotto, 2012).

Entretanto, compreender a postura apenas sob a ótica anatômica ou funcional revela-se insuficiente para explicar sua constituição e permanência ao longo do desenvolvimento humano. Os hábitos posturais são aprendidos, reproduzidos e transformados nas interações sociais, sendo fortemente influenciados por valores culturais, rotinas escolares, formas de organização do trabalho pedagógico e expectativas sociais em relação ao corpo. Nessa direção, a educação postural deve ser compreendida como processo educativo mediado socialmente, que envolve a construção de significados sobre o corpo, o movimento e a saúde, ancorado nas experiências vividas no cotidiano escolar (Oliveira, 2002).

A fundamentação teórica deste estudo apoia-se nos pressupostos da Teoria Histórico-Cultural, especialmente nas contribuições de Lev Vygotsky, que compreende o desenvolvimento humano como resultado de processos historicamente construídos e socialmente mediados. Nessa abordagem, a aprendizagem não é concebida como fenômeno espontâneo, mas como processo relacional, mediado por instrumentos culturais e pela linguagem, que antecede e impulsiona o desenvolvimento (Vygotsky, 2007; Oliveira, 1995). Destaca-se, nesse contexto, o conceito de Zona de Desenvolvimento Proximal, que evidencia o papel do outro - professor, mediador ou profissional da saúde - na ampliação das capacidades do sujeito.

Aplicada à educação postural, essa perspectiva permite compreender os hábitos corporais como práticas sociais apropriadas pelos sujeitos a partir das interações estabelecidas no ambiente escolar. O corpo deixa de ser concebido apenas como suporte biológico e passa a ser entendido como espaço de significados, experiências e práticas historicamente situadas (Góes, 2000; Silva, 2015). Tal compreensão amplia as possibilidades de intervenção educativa e fundamenta a necessidade de ações mediadas, contextualizadas e culturalmente sensíveis no campo da formação postural.

Articulada a esse referencial, a fisioterapia é compreendida, neste estudo, como prática clínica-educativa e preventiva, cuja atuação no espaço escolar transcende a dimensão técnica ou corretiva. Fundamentada na perspectiva histórico-cultural, a intervenção fisioterapêutica assume caráter mediador, integrando princípios pedagógicos e sociais à promoção da saúde

postural. O fisioterapeuta atua, assim, como agente educativo, contribuindo para a ressignificação das práticas corporais e para o desenvolvimento da consciência corporal em diálogo com o contexto sociocultural dos estudantes (Lima; Souza, 2021; Borges; Nunes, 2023).

Nessa interface entre fisioterapia e educação, torna-se necessário compreender que a promoção da saúde postural não se realiza por meio de recomendações genéricas, mas pela inserção do tema no cotidiano escolar como parte de um projeto pedagógico que reconheça o corpo como dimensão constitutiva da aprendizagem. A fisioterapia, ao dialogar com a educação, contribui para qualificar o entendimento de que práticas corporais são aprendidas socialmente, demandando intervenções que considerem o modo como a escola organiza tempos, espaços, materiais e rotinas que impactam a corporeidade dos estudantes. Assim, a atuação fisioterapêutica, quando articulada às práticas pedagógicas, favorece a leitura crítica do cotidiano escolar e apoia a construção de estratégias que transformem situações recorrentes — como permanecer sentado por longos períodos, transportar materiais e utilizar tecnologias — em oportunidades educativas voltadas à consciência corporal.

Além disso, o diálogo com a educação amplia o escopo da fisioterapia ao inserir sua atuação em processos de formação que envolvem linguagem, significação e produção de sentidos sobre o corpo. Ao reconhecer que hábitos posturais são também hábitos culturais, a fisioterapia passa a operar com um horizonte educativo: contribuir para que os estudantes compreendam por que determinados comportamentos corporais se estabilizam, quais são suas consequências e como podem ser reorganizados de maneira autônoma e contextualizada. Essa perspectiva exige que o trabalho fisioterapêutico seja pensado como mediação pedagógica, em que o conhecimento sobre o corpo não é apenas transmitido, mas apropriado pelos sujeitos nas interações escolares, em consonância com o entendimento de que o desenvolvimento se produz na relação social mediada (Vygotsky, 2007; Oliveira, 1995).

Do ponto de vista institucional, a aproximação entre fisioterapia e educação reforça que a escola é espaço de promoção de saúde e não apenas de prevenção de agravos. Isso implica compreender que práticas de educação postural podem ser organizadas de modo transversal, dialogando com componentes curriculares, projetos interdisciplinares e ações coletivas de cuidado. Nessa direção, a fisioterapia contribui para problematizar o caráter estritamente individualizante de algumas abordagens preventivas, deslocando o foco para uma compreensão ampliada que inclui condições ergonômicas, rotinas escolares e cultura corporal instituída. Tal deslocamento converge com a compreensão de corpo como síntese histórica e social, cujas

expressões corporais são atravessadas pelas formas de vida e pelas exigências do contexto (Oliveira, 2002; Ribeiro; Cardoso, 2016).

Em termos pedagógicos, o diálogo com a educação permite compreender a educação postural como prática de aprendizagem, e não como prescrição comportamental. O fisioterapeuta, nessa lógica, atua como colaborador do processo educativo, auxiliando professores e comunidade escolar a reconhecerem situações que influenciam hábitos corporais e a planejarem intervenções coerentes com a realidade escolar. Essa atuação pode contribuir para a construção de práticas de autorregulação corporal que se sustentem no tempo, pois se vinculam a rotinas e significados compartilhados. Ao mesmo tempo, o campo educacional oferece à fisioterapia instrumentos para compreender a formação de hábitos como processo gradual, que envolve orientação, repetição significativa, reflexão e internalização, e não apenas correção pontual.

A relevância social e científica deste estudo justifica-se pela elevada prevalência de alterações posturais descritas na literatura e pelos impactos dessas alterações sobre a saúde, o bem-estar e a funcionalidade ao longo do ciclo vital. Estudos indicam que desconfortos musculoesqueléticos frequentemente manifestam-se ainda nas fases iniciais do desenvolvimento, consolidando padrões corporais prejudiciais que podem evoluir para quadros crônicos na vida adulta (Silva *et al*., 2019; Silveira *et al*., 2014). Ademais, dados epidemiológicos apontam que parcela significativa das incapacidades laborais temporárias está associada a dores lombares e alterações da coluna, reforçando a importância de estratégias preventivas precoces (Brasil, 2023).

Nesse sentido, a educação postural no ambiente escolar apresenta-se como estratégia fundamental de promoção da saúde e prevenção de agravos futuros. Ao integrar conhecimentos da fisioterapia e da educação, fundamentados em uma perspectiva teórica consistente, torna-se possível desenvolver práticas educativas que favoreçam a formação de hábitos corporais conscientes, críticos e duradouros. A articulação entre saúde e educação, mediada pela teoria histórico-cultural, revela-se, portanto, caminho promissor para enfrentar os desafios impostos pelas alterações posturais no contexto contemporâneo.

No que se refere aos aspectos metodológicos, esta pesquisa caracteriza-se como qualitativa, de natureza bibliográfica, com caráter descritivo e analítico. A investigação foi desenvolvida por meio de revisão sistemática qualitativa da literatura, conforme orientações de Gil (2018), a partir da análise de livros, artigos científicos e documentos normativos publicados entre 2003 e 2024. As buscas foram realizadas em bases de dados amplamente reconhecidas, como Lilacs, PubMed, SciELO e Google Scholar, com seleção criteriosa dos estudos a partir

de critérios previamente definidos de inclusão e exclusão, assegurando rigor metodológico, transparência e coerência com os objetivos propostos.

A revisão da literatura possibilitou identificar convergências teóricas, tendências recorrentes e lacunas no campo da educação postural e da atuação fisioterapêutica no contexto escolar. De forma sintética, os estudos analisados apontam elevada recorrência de hábitos posturais inadequados durante a escolarização e evidenciam que intervenções educativas fundamentadas em abordagens socioculturais contribuem para o PEPdesenvolvimento da consciência corporal, a prevenção de disfunções musculoesqueléticas e a promoção da saúde ao longo do desenvolvimento humano (Amaral *et al*., 2024; Silva; Costa, 2020).

Quanto à organização do trabalho, esta dissertação está estruturada em seções, de modo a assegurar progressão lógica e coerência interna. A primeira seção apresenta os fundamentos conceituais da postura corporal e suas implicações para a saúde e a funcionalidade. A segunda seção discute os pressupostos da Teoria Histórico-Cultural e suas contribuições para a compreensão do desenvolvimento humano e da educação postural. A terceira seção aborda a promoção de hábitos corporais saudáveis no ambiente escolar, enfatizando a articulação entre educação e saúde. A quarta seção analisa a atuação da fisioterapia na prevenção e educação do alinhamento corporal no contexto educacional. Por fim, a seção final apresenta as considerações finais, sintetizando as principais contribuições do estudo e indicando possibilidades para pesquisas futuras.

2. TEORIA HISTÓRICO-CULTURAL E O DESENVOLVIMENTO HUMANO

A Teoria Histórico-Cultural, desenvolvida por Lev Vygotsky (1896–1934), propõe uma compreensão da aprendizagem e da formação humana centrada nas interações sociais e culturais (Vygotsky, 2007). Essa perspectiva teórica parte do pressuposto de que os processos psicológicos superiores não se constituem de modo isolado ou exclusivamente biológico, mas são historicamente produzidos nas relações sociais mediadas pela cultura (Vygotsky, 2007). Nessa abordagem, o desenvolvimento cognitivo é compreendido como um movimento mediado pelas práticas sociais e pelo uso de instrumentos culturais, entre os quais a linguagem ocupa posição central na organização do pensamento, na regulação do comportamento e na construção do conhecimento.

Vygotsky enfatiza que o desenvolvimento não ocorre de forma individualizada, mas por meio de processos dialógicos nos quais o sujeito é constantemente influenciado pelas relações estabelecidas com os outros. A noção de mediação constitui elemento fundamental dessa teoria,

sendo a linguagem o principal instrumento mediador das relações sociais (Oliveira, 1995). Desse modo, o movimento de internalização do conhecimento ocorre por meio da interação social, na qual o sujeito inicialmente vivencia a experiência no plano interpsicológico e, posteriormente, a reorganiza no plano intrapsicológico.

No núcleo da teoria vygotskiana encontram-se conceitos estruturantes que contribuem para a compreensão da complexidade do desenvolvimento humano. A mediação figura como um de seus pilares fundamentais. Para Vygotsky (2001), o sujeito não se relaciona diretamente com o mundo, mas por meio de instrumentos e signos — como a linguagem, os sistemas simbólicos, as práticas sociais e os artefatos culturais — que intermedeiam suas ações e pensamentos. Esse processo mediador possibilita a reorganização qualitativa dos processos psíquicos ao longo do desenvolvimento.

Vygotsky também discute a relevância das ferramentas psicológicas, compreendidas como artefatos simbólicos — sistemas de linguagem, sinais e símbolos culturais — que favorecem a mediação do pensamento (Vygotsky, 2001). Essas ferramentas, ao serem apropriadas pelo indivíduo, transformam a maneira como ele interage com o mundo, possibilitando a construção de novos modos de compreensão e ação.

A linguagem desempenha função central nesse processo, sendo reconhecida como o principal instrumento de mediação simbólica. Não se trata apenas de um recurso comunicativo, mas de um organizador do pensamento e da consciência. Por meio da linguagem, o sujeito estrutura o raciocínio, regula o comportamento e elabora significados, apropriando-se do conhecimento historicamente produzido (Vygotsky, 2001; Wertsch, 1991). A consciência, portanto, não é concebida como instância natural ou isolada, mas como resultado das interações sociais e da apropriação cultural.

O processo de aprendizagem, nessa perspectiva, desenvolve-se em uma dinâmica contínua entre o indivíduo e o meio social no qual está inserido, sendo a cultura elemento fundamental para compreender como os saberes são produzidos, apropriados e transformados ao longo da trajetória de desenvolvimento humano. As relações sociais, especialmente aquelas estabelecidas com sujeitos mais experientes, viabilizam a mediação dos conhecimentos historicamente acumulados, promovendo a internalização de conceitos, valores e formas de agir socialmente construídas (Vygotsky, 2007; Oliveira, 1995).

Outro conceito essencial refere-se à internalização, entendida como o movimento pelo qual as mediações externas, inicialmente vivenciadas no plano interpsicológico, são incorporadas e reorganizadas no plano intrapsicológico. Assim, as funções mentais superiores — como memória lógica, atenção voluntária, pensamento abstrato e autorregulação —

constituem-se a partir das interações sociais e das práticas culturais (Vygotsky, 2007; Oliveira, 1993). Conforme destaca Rego (2010), é por meio da internalização que o sujeito transforma a experiência social em estrutura psicológica individual.

Embora Luria (1986) não aborde diretamente as práticas corporais ou a formação postural, suas contribuições no campo da neuropsicologia histórico-cultural oferecem fundamentos consistentes para compreender como as funções psicológicas superiores se organizam a partir de processos de mediação social e cultural. Nessa perspectiva, a reorganização das funções psíquicas decorre de processos historicamente situados de interação orientada com o outro.

Entre os conceitos estruturantes da teoria histórico-cultural de Lev Vigotsky destaca-se a Zona de Desenvolvimento Proximal (ZDP), definida como a distância entre o nível de desenvolvimento real, correspondente às ações que o indivíduo realiza de forma autônoma, e o nível de desenvolvimento potencial, representado pelas tarefas que podem ser realizadas com o auxílio de um mediador mais experiente (Vigotsky, 2007). A ZDP evidencia que a aprendizagem antecipa e impulsiona o desenvolvimento, uma vez que as capacidades emergentes são inicialmente construídas no plano interpsicológico, por meio das interações sociais, para posteriormente serem internalizadas pelo sujeito.

Nessa perspectiva, o desenvolvimento humano não se restringe às competências já consolidadas, mas se constitui, sobretudo, nas possibilidades de aprendizagem que emergem das interações sociais mediadas. Conforme destaca Oliveira (1995), a aprendizagem escolar, quando organizada de forma intencional e sistemática, atua diretamente na ampliação da zona de desenvolvimento proximal, possibilitando que o sujeito avance para níveis mais complexos de compreensão, reflexão e atuação sobre a realidade.

Além disso, a ZDP pode ser compreendida como um espaço dinâmico e relacional de construção do conhecimento, no qual os saberes são produzidos coletivamente antes de serem apropriados individualmente. Daniels (2003) enfatiza que a mediação pedagógica, ao atuar nesse espaço proximal, não se limita à transmissão de conteúdos, mas contribui para a reorganização qualitativa das funções psicológicas superiores, tais como a atenção voluntária, a memória lógica e o pensamento conceitual.

O ambiente educacional assume papel decisivo no processo de desenvolvimento humano, uma vez que pode favorecer ou limitar os avanços do sujeito, a depender da qualidade das mediações pedagógicas e das relações estabelecidas no contexto escolar. Nessa perspectiva, a aprendizagem escolar, quando organizada de forma intencional e sistemática, atua diretamente na ampliação da zona de desenvolvimento proximal, criando condições para que o

indivíduo avance para níveis mais complexos de compreensão, reflexão e atuação sobre a realidade (Oliveira, 1995).

Sob essa ótica, os processos educativos configuram-se como práticas sociais mediadas, nas quais o desenvolvimento humano ocorre por meio da participação orientada em atividades culturalmente organizadas. Conforme argumenta Leontiev (1978), é na atividade socialmente significativa que os sujeitos atribuem sentido às ações e internalizam modos historicamente constituídos de pensar e agir, estabelecendo uma relação dinâmica entre necessidades, motivos e objetivos socialmente construídos.

Daniels (2003), por sua vez, destaca que as práticas pedagógicas, enquanto formas institucionalizadas de mediação, exercem papel decisivo na reorganização das funções psicológicas superiores, ao estruturarem intencionalmente os contextos de interação e aprendizagem. Dessa forma, a educação assume um caráter eminentemente formativo, ao articular cultura, atividade e mediação na constituição do sujeito histórico e social.

A educação, segundo a perspectiva histórico-cultural, não pode ser compreendida de forma abstrata ou descontextualizada. As práticas pedagógicas devem considerar os fatores culturais, sociais e históricos que orientam as relações e os processos de aprendizagem, uma vez que tais fatores constituem as condições concretas nas quais os sujeitos se apropriam dos conhecimentos historicamente produzidos (Moll, 1990).

Nessa abordagem, a cultura não é vista apenas como um elemento passivo, mas como um componente ativo na formação da consciência, influenciando a forma como os indivíduos percebem, interpretam e respondem ao mundo. A cultura organiza as experiências humanas, direciona a atividade social e media a constituição das funções psicológicas superiores, configurando-se como elemento central no processo educativo (Vygotsky, 2007; Leontiev, 1978; Moll, 1990).

A educação, na perspectiva histórico-cultural, não pode ser compreendida de maneira abstrata ou descontextualizada. As práticas pedagógicas devem considerar os fatores culturais, sociais e históricos que orientam e organizam as relações sociais e os processos de aprendizagem, uma vez que tais fatores constituem as condições concretas nas quais os sujeitos se apropriam dos conhecimentos historicamente produzidos (Moll, 1990). Nessa abordagem, a cultura não é entendida como um pano de fundo neutro ou como um elemento meramente externo ao sujeito, mas como um sistema ativo de mediações simbólicas e materiais que direciona a atividade humana e possibilita a constituição da consciência.

A Teoria Histórico-Cultural, elaborada por Lev Semionovich Vygotsky e aprofundada por seus colaboradores, como Alexander Luria e Alexei Leontiev, representa uma das mais

significativas contribuições para a compreensão do desenvolvimento humano enquanto processo mediado por fatores históricos, sociais e culturais. Essa abordagem rompe com explicações inatistas ou meramente biológicas, ao enfatizar o papel das interações sociais e da cultura na constituição da consciência e das funções psicológicas superiores (Vygotsky, 2007; Luria, 1981).

A teoria histórico-cultural oferece um arcabouço conceitual robusto para compreender o desenvolvimento humano como um processo ativo, relacional e culturalmente situado. Ao destacar a importância das interações sociais, da mediação simbólica, da linguagem, da internalização e da zona de desenvolvimento proximal, essa abordagem sustenta práticas educativas que reconhecem o sujeito como um ser histórico, social e em constante processo de transformação (Vygotsky, 2007; Leontiev, 1978; Daniels, 2003).

Somente a partir desse arcabouço teórico torna-se possível compreender como a Teoria Histórico-Cultural pode orientar reflexões acerca da consciência e das práticas corporais. Nessa perspectiva, a consciência corporal não é entendida como um atributo natural ou exclusivamente individual, mas como uma construção social e histórica, produzida nas interações mediadas culturalmente ao longo do desenvolvimento humano (Vygotsky, 2001; Cole, 1996).

Nas práticas corporais, essa abordagem permite compreender o corpo como uma realidade socialmente significada, cujas formas de uso, percepção e cuidado são construídas e ressignificadas nas relações sociais. As práticas corporais, portanto, não se reduzem a movimentos biomecânicos, mas expressam valores, normas e expectativas culturalmente compartilhadas, sendo aprendidas e internalizadas no interior de contextos sociais específicos (Leontiev, 1978; Rogoff, 2003).

A teoria histórico-cultural proporciona, assim, uma compreensão mais abrangente da formação postural, na qual a postura adequada não é concebida apenas como um resultado biomecânico, mas como uma prática socialmente construída. Nesse sentido, a postura corporal expressa modos culturalmente aprendidos de sentar, permanecer em pé, movimentar-se e interagir com o ambiente, os quais são mediados pelas experiências sociais e educativas vivenciadas pelos sujeitos (Leontiev, 1978; Rogoff, 2003).

A aplicação da teoria histórico-cultural à formação postural pode ser compreendida como uma forma de integrar os conhecimentos técnico-científicos da fisioterapia com uma abordagem que reconhece a influência dos fatores socioculturais na prática educativa. A orientação postural, nesse contexto, deixa de ser um procedimento meramente prescritivo para constituir-se como um espaço de construção compartilhada de conhecimentos entre

profissionais da saúde e estudantes, mediado por ações educativas intencionais e socialmente contextualizadas (Daniels, 2003; Vygotsky, 2007).

No contexto educacional, a teoria histórico-cultural oferece uma base consistente para analisar como as práticas pedagógicas influenciam a constituição da consciência corporal. A aprendizagem relacionada ao corpo ocorre por meio da mediação social, especialmente nas interações estabelecidas com sujeitos mais experientes, que orientam, regulam e atribuem sentidos às experiências corporais vivenciadas no cotidiano escolar (Vygotsky, 2007; Daniels, 2003).

Nos processos formativos voltados à postura corporal, essa perspectiva teórica possibilita compreender como as práticas sociais e culturais incidem sobre as percepções dos estudantes acerca da postura adequada. Ao considerar os determinantes socioculturais envolvidos, a formação postural reconhece que os hábitos corporais não são universais nem biologicamente determinados, mas historicamente constituídos ao longo do processo educativo (Vygotsky, 2007; Cole, 1996).

Outro ponto central da perspectiva vygotskiana é a compreensão de que o desenvolvimento cognitivo e a aprendizagem estão profundamente enraizados no ambiente histórico e cultural (Cole, 1996). Ao explorar como as práticas culturais orientam a percepção da postura, torna-se possível compreender as diferenças observadas entre distintos contextos sociais e grupos culturais.

A teoria histórico-cultural também defende que a aprendizagem não se limita ao contexto escolar formal, mas se estende aos diversos espaços da vida cotidiana, nos quais os indivíduos negociam significados e constroem conhecimentos de forma contínua (Rogoff, 2003). No caso da educação postural, isso implica reconhecer que práticas corporais fora da escola, como atividades físicas, uso de tecnologias e normas sociais relacionadas ao corpo, exercem influência significativa na formação dos hábitos posturais.

Na abordagem histórico-cultural, Lev Vigotsky destaca a importância do papel do outro no processo de construção do conhecimento, especialmente na figura do mediador, responsável por organizar, orientar e potencializar as interações do sujeito com os saberes historicamente produzidos. No campo da formação corporal e postural, o fisioterapeuta pode ser compreendido como esse mediador qualificado, ao articular conhecimentos técnicos, pedagógicos e culturais.

Ao assumir essa função mediadora, o fisioterapeuta oferece suporte técnico e orientações sistematizadas que favorecem o desenvolvimento de uma compreensão mais consciente, reflexiva e crítica acerca das práticas corporais vivenciadas pelos estudantes. Sua

atuação não se limita à correção de desvios posturais, mas envolve a criação de situações educativas que promovem a internalização de hábitos posturais mais saudáveis.

Embora Luria (1986) não trate diretamente das práticas corporais ou da educação postural, suas contribuições no campo da neuropsicologia histórico-cultural fornecem bases teóricas importantes para compreender como a conscientização corporal e a reorganização de hábitos posturais envolvem processos cognitivos complexos, como atenção voluntária, memória mediada e autorregulação.

Nesse sentido, a atuação do fisioterapeuta no contexto educativo implica uma postura profissional ativa e dialógica, que ultrapassa a simples transmissão de informações técnicas. O profissional de saúde assume o papel de mediador do conhecimento ao engajar os estudantes em processos interativos nos quais o saber é co-construído, possibilitando a atribuição de sentido às práticas corporais e a formação de hábitos posturais mais conscientes e socialmente contextualizados.

Estudos recentes têm reforçado a relevância da mediação social e cultural no processo de aprendizagem da postura, evidenciando que os hábitos posturais não se constituem exclusivamente a partir de fatores biomecânicos ou individuais, mas são construídos e internalizados nas interações sociais mediadas por práticas culturais, escolares e familiares (Silva; Oliveira, 2021; Garcia *et al*., 2020; Santos; Ferreira, 2019; Costa; Almeida, 2022).

A educação postural, quando fundamentada em uma abordagem histórico-cultural, considera que os conhecimentos, significados e práticas relacionados ao corpo e à postura são socialmente transmitidos e continuamente ressignificados no interior das relações sociais, sendo a escola um espaço privilegiado desse processo formativo (Vygotsky, 2007; Oliveira, 1995). Segundo Silva e Oliveira (2021), a percepção do corpo e da postura adequada não é universal nem biologicamente determinada, mas orientada por valores, normas e expectativas culturais que variam entre diferentes grupos sociais e contextos históricos.

Ao integrar os princípios da zona de desenvolvimento proximal (ZDP) à educação postural, é possível adaptar as intervenções para diferentes níveis de desenvolvimento dos estudantes. Pesquisas de Costa *et al*. (2020) sugerem que estratégias educativas que consideram a ZDP promovem maior internalização das práticas posturais saudáveis, uma vez que oferecem suporte adequado para que os estudantes desenvolvam autonomia na manutenção de posturas corretas, superando desafios específicos com o auxílio de educadores e profissionais da saúde.

A mediação cultural no processo de aprendizagem postural também se evidencia no uso de ferramentas e recursos visuais. Mendes e Souza (2019) destacam que o uso de tecnologias digitais e materiais audiovisuais como mediadores no ensino de práticas posturais possibilita

maior adesão dos estudantes ao processo educativo. Esses recursos, quando integrados de maneira culturalmente adequada, facilitam a compreensão e a internalização dos conceitos de postura, permitindo que os estudantes relacionem essas práticas com seu cotidiano.

Outro aspecto relevante refere-se à importância da colaboração entre estudantes e profissionais de saúde no processo de educação postural. De acordo com Lima e Borges (2020), a interação entre pares, na qual estudantes mais experientes auxiliam os menos experientes, cria um ambiente de aprendizagem mais dinâmico e efetivo. Essa colaboração, alinhada à perspectiva vygotskiana, potencializa o desenvolvimento postural ao promover trocas de conhecimento em que a postura é compreendida como parte de uma prática coletiva, inserida em contextos culturais específicos.

A teoria histórico-cultural também auxilia na compreensão das barreiras culturais e sociais que podem impactar a educação postural. Em algumas culturas, a preocupação com a postura pode estar associada a questões estéticas ou disciplinares, enquanto em outras pode ser secundarizada em função de diferentes prioridades culturais (Martins; Gomes, 2022). Esses fatores devem ser considerados no planejamento de programas de educação postural, para que sejam culturalmente responsivos e capazes de engajar de maneira efetiva distintos grupos sociais.

Além disso, a perspectiva histórico-cultural permite uma abordagem crítica das práticas tradicionais de ensino da postura, que frequentemente são padronizadas e desconsideram as diferenças culturais dos estudantes. Estudos como o de Santos e Ferreira (2021) indicam que a imposição de padrões posturais universais, sem considerar as práticas culturais dos sujeitos, pode gerar resistência e dificultar a adoção de hábitos posturais saudáveis.

A aplicação dos conceitos vygotskyanos também se destaca na análise da influência do ambiente escolar na educação postural. Segundo Costa *et al*. (2019), o ambiente físico e social da escola exerce influência significativa sobre os hábitos posturais dos estudantes. Espaços que incentivam o movimento e a prática de atividades físicas, aliados a uma cultura escolar que valoriza a saúde postural, contribuem para uma aprendizagem mais efetiva das práticas corporais adequadas.

A compreensão das práticas posturais como parte de um contexto sociocultural mais amplo oferece subsídios para analisar como normas sociais e práticas culturais influenciam a percepção corporal. Estudos de Silva e Santos (2022) sugerem que, em contextos nos quais a estética corporal é altamente valorizada, há tendência à adoção de posturas alinhadas a padrões estéticos, nem sempre compatíveis com a promoção da saúde, indicando a necessidade de abordagens educativas críticas.

No contexto da educação inclusiva, a teoria histórico-cultural também oferece contribuições relevantes. Lima e Araújo (2020) discutem como a aplicação da ZDP pode ser adaptada para estudantes com necessidades educacionais especiais, assegurando que todos recebam suporte adequado para o desenvolvimento de uma postura saudável, respeitando suas limitações e potencialidades.

A internalização das práticas posturais, conforme propõe a teoria de Vygotsky, ocorre quando o estudante não apenas reproduz as orientações recebidas, mas as integra ao seu repertório de ações cotidianas. Esse processo exige uma abordagem educativa que vá além da instrução técnica, incorporando elementos culturais que dialoguem com as experiências vividas pelos estudantes, favorecendo a construção de aprendizagens mais significativas e duradouras (Almeida; Silva, 2019).

O papel do fisioterapeuta como mediador cultural mostra-se, portanto, crucial no desenvolvimento de uma educação postural eficaz. De acordo com Borges e Nunes (2023), o fisioterapeuta deve atuar não apenas como transmissor de conhecimentos técnico-científicos, mas como facilitador de processos educativos que reconheçam e valorizem as influências culturais na constituição das práticas posturais. Tal atuação exige compreensão aprofundada das realidades socioculturais dos estudantes, de modo a adequar as intervenções às suas experiências concretas.

A teoria histórico-cultural também destaca a importância do aprendizado experiencial no processo educativo. Estudos recentes indicam que práticas de educação postural baseadas em atividades práticas e reflexões sobre o próprio corpo apresentam maior eficácia na promoção de hábitos posturais saudáveis (Ferreira; Mendes, 2021). Essas práticas possibilitam o desenvolvimento de uma consciência corporal crítica, ao relacionarem as vivências corporais com fatores sociais, culturais e históricos.

Além disso, a perspectiva vygotskiana acerca da relação entre linguagem e pensamento oferece subsídios teóricos para compreender como os discursos sobre postura influenciam as práticas corporais dos estudantes. Segundo Santos e Oliveira (2022), a forma como professores e fisioterapeutas comunicam as orientações posturais impacta significativamente a maneira como os estudantes compreendem, interpretam e aplicam esse conhecimento. A linguagem, como ferramenta cultural, mediatiza o processo de internalização das práticas posturais, tornando fundamental o uso de uma comunicação clara, acessível e culturalmente sensível.

A interdisciplinaridade, outro aspecto valorizado pela teoria histórico-cultural, também se evidencia na educação postural. A integração de conhecimentos provenientes de áreas como fisioterapia, educação, sociologia e psicologia, conforme apontam Mendes e Silva (2020),

enriquece o processo educativo e possibilita uma abordagem mais abrangente e eficaz. Essa articulação de saberes contribui para que a educação postural seja compreendida como um fenômeno complexo, que ultrapassa a dimensão biomecânica e incorpora aspectos sociais, culturais e psicológicos.

A educação postural baseada na teoria histórico-cultural requer, ainda, uma abordagem contínua e reflexiva. Segundo Costa *et al*. (2023), a aprendizagem postural não deve ser concebida como um evento pontual, mas como um processo permanente, que envolve a revisão e a adaptação constantes das práticas educativas em função das transformações nos contextos culturais e sociais dos estudantes. Esse caráter dinâmico é fundamental para assegurar a eficácia das intervenções e a promoção da saúde postural de maneira sustentável e contextualizada.

Ao incorporar os princípios da teoria histórico-cultural, a educação postural pode transcender a mera correção de hábitos inadequados para se constituir como uma prática educativa crítica. Tal perspectiva capacita os estudantes a refletirem sobre a relação entre suas posturas corporais e os contextos sociais e culturais mais amplos nos quais estão inseridos, contribuindo para a construção de uma postura mais consciente, saudável e socialmente significativa (Góes, 2000).

A teoria histórico-cultural, ao enfatizar a centralidade das interações sociais, da mediação simbólica e da cultura no desenvolvimento humano, oferece um referencial teórico consistente para compreender os processos educativos como práticas sociais historicamente situadas. Ao reconhecer que a aprendizagem antecede e impulsiona o desenvolvimento, essa abordagem destaca o papel ativo do meio social e das mediações pedagógicas na constituição das funções psicológicas superiores e na formação da consciência.

Essa perspectiva reforça que os processos de ensino e aprendizagem não podem ser reduzidos à transmissão de conteúdos ou à aquisição de habilidades isoladas, mas devem ser compreendidos como práticas intencionalmente organizadas, nas quais os sujeitos se apropriam de conhecimentos, valores e modos de agir socialmente construídos. A escola, enquanto espaço privilegiado de mediação cultural, assume papel decisivo na ampliação das possibilidades de desenvolvimento dos estudantes, a depender da qualidade das interações, das atividades propostas e das condições concretas de aprendizagem.

Ao articular os conceitos de mediação, linguagem, internalização, zona de desenvolvimento proximal e atividade socialmente significativa, a teoria histórico-cultural sustenta uma compreensão ampliada do desenvolvimento humano, na qual o sujeito é concebido como ser histórico, social e culturalmente situado. Essa compreensão possibilita a

elaboração de práticas educativas mais sensíveis às singularidades dos estudantes e às especificidades dos contextos nos quais estão inseridos.

No contexto da educação postural, esse referencial teórico contribui para a superação de abordagens restritas à dimensão técnica ou biomecânica, ao permitir compreender a postura corporal como uma prática socialmente construída e culturalmente mediada. A partir dessa perspectiva, torna-se possível analisar criticamente os hábitos posturais, considerando os valores, normas e significados que orientam as práticas corporais no cotidiano escolar e extraescolar.

Dessa forma, a atuação do fisioterapeuta no contexto educativo, fundamentada na teoria histórico-cultural, assume caráter formativo e mediador. O profissional de saúde passa a atuar na promoção da conscientização corporal, da autorregulação postural e da construção de hábitos mais saudáveis, por meio de intervenções educativas contextualizadas, dialógicas e culturalmente sensíveis, articuladas às experiências concretas dos estudantes.

Em síntese, a Teoria Histórico-Cultural constitui um alicerce teórico robusto para a reflexão e a intervenção na educação postural, ao integrar dimensões biológicas, psicológicas, sociais e culturais do desenvolvimento humano. Ao orientar práticas educativas intencionalmente planejadas e socialmente contextualizadas, essa abordagem contribui para a promoção da saúde postural e para a formação de sujeitos críticos, conscientes e capazes de refletir sobre suas práticas corporais ao longo do processo educativo.

3. POSTURA E SEUS IMPACTOS SOBRE SAÚDE E FUNCIONALIDADE

A postura inadequada pode ter diversas consequências negativas. Isso pode incluir dores musculares, que muitas vezes surgem devido à sobrecarga de músculos que estão sendo utilizados de maneira incorreta para sustentar o corpo. Lesões musculoesqueléticas e ósseas, como a escoliose, podem se desenvolver devido a uma posição incorreta mantida ao longo do tempo. A má postura também pode causar fadiga, desconforto e tensão crônica (Rocha; Correia; Santos, 2021).

No longo prazo, a persistência de uma postura inadequada pode levar a complicações de saúde mais sérias. Isso pode incluir problemas na coluna vertebral, articulações e músculos, o que, por sua vez, pode contribuir para dificuldades de mobilidade, dores crônicas e até impactar a qualidade de vida. Promover a educação postural é uma abordagem preventiva essencial para evitar problemas decorrentes da postura incorreta. Isso inclui o desenvolvimento de estratégias para ensinar as pessoas, e em nosso caso, estudantes, sobre como manter uma postura adequada

em suas atividades diárias. O conhecimento dos riscos associados à postura incorreta e a importância da prevenção justifica a investigação sobre a educação postural dos estudantes, com a finalidade de melhorar sua qualidade de vida e bem-estar, e prevenir problemas futuros (Fujisawa, 2002).

A postura constitui um elemento fundamental para a saúde e o bem-estar do indivíduo, influenciando dimensões físicas, funcionais e psicológicas. Estudos recentes da literatura científica (Kendall *et al*., 2007; Fernandes; Casarotto, 2012; Silva *et al*., 2019) evidenciam que padrões posturais inadequados estão associados ao aumento da dor musculoesquelética, alterações do alinhamento vertebral e prejuízos funcionais ao longo do tempo. Nesse contexto, uma posição corporal incorreta pode levar a uma série de problemas de saúde, incluindo dores crônicas, desvios na coluna vertebral e disfunções musculoesqueléticas. A pesquisa de Santos (2014) ressalta que a manutenção de uma postura correta é essencial para o alinhamento corporal, prevenindo sobrecargas e lesões. Além disso, uma postura adequada contribui para a eficiência biomecânica, melhorando a distribuição de cargas e evitando compensações musculares. De acordo com Oliveira (2016), a postura influencia diretamente a respiração, a circulação e até o estado emocional do indivíduo, o que amplia sua compreensão para além da dimensão biomecânica, envolvendo também aspectos fisiológicos e psicossociais, reforçando a importância de educar a população sobre hábitos posturais saudáveis.

A postura imprópria pode resultar em diversos problemas de saúde, como lordose, cifose e escoliose, que são deformidades da coluna vertebral que afetam a qualidade de vida e a funcionalidade do indivíduo. Silva (2015) conduziu um estudo que indicou que a má postura durante longos períodos, especialmente em ambientes de trabalho e estudo, contribui significativamente para o desenvolvimento dessas condições. O estudo enfatiza que a postura inadequada pode levar a tensões musculares e dores articulares, resultando em limitações nas atividades diárias e redução da qualidade de vida. Além disso, a postura incorreta pode agravar problemas preexistentes, tornando a intervenção precoce crucial para a prevenção de complicações mais graves.

A relação entre postura e dor lombar é particularmente bem documentada na literatura científica. Ferreira (2017) destaca que a dor lombar é uma das principais causas de incapacidade no mundo e está frequentemente associada a desvios posturais. O estudo revela que indivíduos que passam longos períodos sentados, especialmente em posições inadequadas, têm maior propensão a desenvolver dores nas costas. A adoção de medidas preventivas, como pausas regulares para alongamento, ajustes ergonômicos no ambiente de trabalho e a prática de exercícios específicos, pode ajudar a mitigar esses problemas. Além disso, o estudo sugere que

programas de educação postural podem ser eficazes na redução da prevalência de dor lombar na população.

A postura também desempenha um papel crucial na saúde respiratória, influenciando diretamente a capacidade pulmonar e a eficiência respiratória. Almeida (2018) conduziu uma pesquisa que demonstrou que uma postura incorreta pode comprometer a função pulmonar, reduzindo a capacidade vital e a eficiência respiratória. Isso ocorre porque a má postura pode limitar a expansão torácica e restringir o movimento do diafragma, essencial para a respiração profunda. O estudo enfatiza a importância de educar os indivíduos sobre a manutenção de uma postura ereta para melhorar a função respiratória e prevenir problemas relacionados à ventilação inadequada.

Além dos aspectos físicos, a postura pode influenciar significativamente o estado emocional e psicológico dos indivíduos. Pereira (2019) realizou um estudo que mostrou que a postura tem um impacto direto na autoconfiança e no humor. Indivíduos que mantêm uma postura ereta tendem a relatar níveis mais altos de autoestima e bem-estar emocional, enquanto aqueles com postura encurvada frequentemente apresentam sinais de depressão e ansiedade. O estudo sugere que intervenções que promovem a correção postural podem trazer benefícios não apenas físicos, mas também psicológicos, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

A intervenção precoce é fundamental para prevenir problemas posturais e suas consequências a longo prazo. Costa (2020) destaca em sua pesquisa que programas de educação postural implementados em escolas mostraram-se eficazes na redução da prevalência de desvios entre crianças e adolescentes. Esses programas incluem atividades de conscientização, exercícios de correção postural e orientação sobre ergonomia, promovendo hábitos posturais saudáveis desde a infância. O estudo sugere que a educação postural deve ser prioridade nas políticas de saúde pública, visando a prevenção de problemas musculoesqueléticos na população jovem.

Os avanços tecnológicos têm proporcionado novas ferramentas para a avaliação e correção postural, oferecendo soluções inovadoras para monitoramento e intervenção. Santos *et al*. (2021) destacam o uso de aplicativos móveis e dispositivos vestíveis para monitorar a postura em tempo real. Esses dispositivos fornecem retorno imediato aos usuários, ajudando-os a corrigir sua postura e prevenir problemas musculoesqueléticos. O estudo sugere que a integração dessas tecnologias em programas de saúde ocupacional pode representar uma evolução significativa na promoção da saúde postural, permitindo intervenções mais precisas e personalizadas.

A ergonomia é uma disciplina que se preocupa em adaptar o ambiente de trabalho às necessidades do trabalhador, visando à promoção de uma postura correta e à prevenção de lesões ocupacionais. Souza (2015) destaca que a ergonomia é essencial para prevenir lesões ocupacionais e melhorar a produtividade. O estudo enfatiza a importância de mobiliário ajustável, como cadeiras reguláveis e mesas com altura adaptável, na manutenção de uma postura adequada no ambiente de trabalho. Além disso, a implementação de práticas ergonômicas pode reduzir a incidência de problemas musculoesqueléticos e melhorar o bem-estar dos trabalhadores.

As práticas de atividade física regular são fundamentais para a manutenção de uma boa postura e a prevenção de problemas musculoesqueléticos. Lima (2017) destaca em sua pesquisa que exercícios de fortalecimento muscular, especialmente aqueles focados no core e na musculatura estabilizadora da coluna, são eficazes na prevenção de problemas posturais. Além disso, atividades como yoga e pilates, que enfatizam a consciência corporal e o alinhamento postural, têm demonstrado benefícios significativos na promoção da saúde postural. O estudo sugere que a incorporação de programas de atividade física regular pode ser uma estratégia eficaz para promover a postura adequada na população geral.

O papel do fisioterapeuta é crucial na avaliação e tratamento de problemas posturais, oferecendo intervenções específicas e personalizadas para a correção de desvios posturais. Rodrigues (2016) destaca que a fisioterapia pode ajudar a corrigir desvios através de técnicas específicas, como a reeducação postural global (RPG) e a cinesioterapia. Além disso, o fisioterapeuta pode orientar os pacientes sobre a importância de hábitos posturais adequados e fornecer exercícios para melhorar a postura no dia a dia. O estudo sugere que a intervenção fisioterapêutica é uma ferramenta eficaz na promoção da saúde postural e prevenção de complicações musculoesqueléticas.

A relação entre postura e desempenho acadêmico tem sido objeto de estudo, destacando a importância de uma postura correta para a concentração e rendimento dos estudantes. Martins (2018) realizou uma pesquisa que mostrou que uma postura imprópria durante o estudo pode afetar negativamente a atenção e o desempenho acadêmico. O estudo sugere que intervenções ergonômicas, como ajustes na altura das cadeiras e mesas, podem melhorar o conforto e a postura dos estudantes, resultando em melhor rendimento. Além disso, o estudo destaca a importância de educar os estudantes sobre hábitos posturais saudáveis desde cedo.

A postura correta é essencial para a prevenção de lesões esportivas, contribuindo para a segurança e o rendimento dos atletas. Carvalho (2019) conduziu um estudo que indicou que atletas com boa postura têm menor risco de desenvolver lesões musculoesqueléticas. O estudo

destacou a importância de avaliações posturais periódicas e programas de treinamento específicos para corrigir possíveis desvios e melhorar o desempenho esportivo. Além disso, sugere que a educação postural deve ser componente integral dos programas de treinamento atlético.

A influência da postura na função cognitiva também tem sido investigada, revelando a importância de hábitos posturais corretos para o desempenho mental. Silva *et al*. (2019) realizaram um estudo que mostrou que a postura ereta está associada a melhor função cognitiva e maior capacidade de atenção. O estudo sugere que manter uma postura adequada pode melhorar a performance em tarefas que exigem concentração e memória, ressaltando a importância de hábitos posturais saudáveis no ambiente de estudo e trabalho. Além disso, destaca a relação entre postura e saúde mental, sugerindo que a postura correta contribui para a prevenção de transtornos cognitivos.

A educação postural deve ser vista como estratégia preventiva e não apenas corretiva, visando a promoção de hábitos saudáveis e prevenção de problemas musculoesqueléticos. Ferreira (2021) destaca que programas educativos podem reduzir significativamente a incidência de desvios musculoesqueléticos na população. Esses programas devem incluir informações sobre ergonomia, exercícios de correção postural e orientação sobre hábitos saudáveis, promovendo uma cultura de cuidado com a postura desde cedo. O estudo sugere que a educação postural deve ser prioridade nas políticas de saúde pública.

A postura inadequada pode afetar negativamente o sono e a qualidade do descanso, comprometendo a saúde geral dos indivíduos. Costa *et al*. (2019) conduziram um estudo que indicou que a má postura durante o dia pode contribuir para dores e desconforto à noite, afetando a qualidade do sono. O estudo destacou a importância de uma postura correta para garantir um sono reparador e melhorar a qualidade de vida. Além disso, sugere que intervenções posturais podem ser eficazes na prevenção de distúrbios do sono.

A conscientização sobre a importância da postura deve ser promovida por meio de campanhas de saúde pública, visando educação e prevenção de problemas musculoesqueléticos. Almeida (2022) realizou pesquisa que mostrou que campanhas educativas aumentam significativamente o conhecimento da população sobre hábitos posturais saudáveis. O estudo sugere que a integração de informações sobre postura em programas de saúde pública pode reduzir a prevalência de problemas musculoesqueléticos e melhorar a qualidade de vida da população.

Desse modo, a postura configura-se como elemento determinante para a saúde e o bem-estar dos indivíduos, uma vez que repercute sobre dimensões físicas, emocionais e psicológicas. Evidências científicas da área da saúde musculoesquelética indicam que a manutenção de um alinhamento corporal adequado contribui significativamente para a prevenção de agravos como dores crônicas, alterações nas curvaturas fisiológicas da coluna vertebral e disfunções musculoesqueléticas. Nesse contexto, a educação postural, associada à intervenção precoce e ao emprego de tecnologias de apoio à avaliação e ao acompanhamento corporal, apresenta-se como estratégia eficaz de promoção da saúde. Torna-se, portanto, imprescindível que a conscientização acerca dos hábitos posturais seja estimulada desde as fases iniciais da vida, mediante a inserção de programas educativos em ambientes escolares e laborais, com vistas à prevenção de agravos a longo prazo e à melhoria da qualidade de vida da população.

É essencial explorar estratégias utilizadas para transmissão de conhecimentos sobre alinhamento corporal. Isso pode envolver diversas abordagens, como palestras, oficinas, materiais didáticos, recursos digitais e outras ferramentas pedagógicas. Cada uma contribui de forma significativa para aumentar a percepção dos indivíduos sobre sua postura e desenvolver habilidades relacionadas à manutenção de posição adequada (Montes; Souza; Fraga, 2020).

Os métodos de ensino adotados também desempenham papel central nesse processo. Eles podem incluir desde demonstrações práticas de posicionamento até exercícios de percepção corporal e simulações do cotidiano. A escolha dessas metodologias impacta diretamente a efetividade das ações educativas. Outro fator relevante é a abordagem pedagógica aplicada, que pode variar entre estratégias instrutivas, colaborativas ou centradas na resolução de problemas. A seleção deve considerar o público-alvo, os objetivos da formação e o contexto de aplicação (Leite; Leite, 2009).

A análise da efetividade dessas ações educativas é indispensável. Isso pode incluir o monitoramento das mudanças posturais ao longo do tempo, bem como a avaliação do conhecimento e dos comportamentos adquiridos pelos participantes. Compreender quais métodos são mais eficazes é essencial para desenvolvimento de propostas bem-sucedidas. Além disso, é fundamental investigar os aspectos motivacionais envolvidos na adoção e manutenção de boas práticas posturais, considerando a influência da motivação intrínseca e extrínseca sobre o comprometimento dos indivíduos (Miranda, 2011).

A orientação postural representa estratégia crucial para construção de hábitos saudáveis e prevenção de disfunções musculoesqueléticas. Envolve tanto sensibilização quanto aplicação prática de técnicas que favorecem alinhamento adequado do corpo nas atividades do cotidiano. Segundo Souza (2015), essas ações devem ser introduzidas precocemente, especialmente no

ambiente escolar, como forma de estabelecer bases sólidas para comportamentos saudáveis. É igualmente importante que essas iniciativas sejam contínuas e adaptadas às características de diferentes faixas etárias e contextos de vida.

Nas instituições de ensino, projetos voltados para aperfeiçoamento da postura têm apresentado resultados promissores, como aponta Ferreira (2017). O autor verificou que intervenções práticas e teóricas realizadas em escolas contribuíram significativamente para redução de desvios posturais entre os alunos. Tais ações devem ser incorporadas ao currículo escolar, beneficiando não apenas a saúde física, mas também o desempenho acadêmico e bem-estar dos estudantes.

No cenário profissional, promoção de práticas ergonômicas é fundamental para evitar lesões e aumentar a produtividade. Santos (2018) observa que a má postura no trabalho figura entre principais causas de afastamento por problemas de saúde. Programas que envolvam ajustes no ambiente, capacitação sobre boas práticas corporais e pausas com exercícios de alongamento revelam-se eficazes na preservação da saúde ocupacional.

A tecnologia tem se destacado como aliada no processo educativo, proporcionando ferramentas inovadoras para monitoramento e correção postural. Aplicativos móveis e dispositivos com sensores têm se mostrado úteis ao fornecer retorno imediato sobre posicionamento corporal, facilitando a correção em tempo real. Um estudo de Almeida (2019) comprovou efetividade desses recursos na promoção de condutas mais saudáveis. A incorporação dessas tecnologias em ambientes escolares e corporativos pode representar avanço significativo.

A saúde emocional também está relacionada à forma como nos posicionamos fisicamente. De acordo com Silva (2020), manter postura ereta pode estar associada a melhor autoestima e sensação de bem-estar. Por isso, é válido incluir, nas intervenções educativas, reflexões sobre conexão entre corpo e aspectos psicoemocionais, promovendo abordagem mais abrangente da saúde.

A prática regular de atividades físicas é outro componente essencial para desenvolvimento de postura equilibrada. Modalidades como pilates, yoga e alongamentos específicos fortalecem musculatura e contribuem para realinhamento corporal. Lima (2021) destaca que incorporação sistemática desses exercícios em programas educativos potencializa resultados e favorece saúde de forma integral.

A ergonomia, especialmente nos espaços de estudo e trabalho, desempenha papel central na manutenção de posicionamento adequado. Uso de móveis ajustáveis, organização funcional dos ambientes e conhecimento sobre como utilizá-los são medidas preventivas fundamentais.

Oliveira (2016) reforça importância desses cuidados para evitar desconfortos e melhorar rendimento nas tarefas cotidianas.

As ações educativas devem levar em conta as particularidades de cada indivíduo. Intervenções personalizadas, considerando aspectos como faixa etária, gênero, condições pré-existentes e atividades desenvolvidas, tendem a ser mais eficazes. Costa (2018) destaca importância da flexibilidade e da adaptação contínua para garantir melhores resultados.

A inclusão de orientações posturais nos serviços de saúde também é estratégica. Clínicas e centros de reabilitação que oferecem orientação por profissionais especializados, como fisioterapeutas, podem proporcionar atendimento mais direcionado. Rodrigues (2016) defende que essas ações devem ser parte integrante dos processos de tratamento e prevenção.

O engajamento dos participantes nas ações educativas é essencial para seu êxito. Atividades práticas, participativas e interativas, como oficinas e dinâmicas, ajudam a manter interesse e motivação. Santos (2020) ressalta que uso de feedback positivo e reconhecimento dos avanços são estratégias eficazes para reforçar adesão.

A integração com outras áreas do conhecimento favorece abordagem interdisciplinar, ampliando horizontes das práticas educativas. Cooperação entre fisioterapeutas, educadores físicos, psicólogos e outros profissionais enriquece intervenções. Pereira (2019) argumenta que essa colaboração permite tratar postura de forma holística e eficaz.

Campanhas de saúde, veiculadas por meios de comunicação diversos, ampliam alcance das mensagens educativas. Almeida (2022) afirma que ações informativas em escolas, empresas e redes sociais podem influenciar positivamente comportamentos da população em larga escala.

A continuidade e atualização das ações são imprescindíveis. Costa (2020) destaca que acompanhamento regular e adaptação das orientações de acordo com mudanças no estilo de vida são determinantes para êxito a longo prazo. Manter conteúdos atualizados e alinhados com evidências científicas fortalece efetividade dos programas.

A utilização de atividades lúdicas e criativas, especialmente com crianças e adolescentes, pode tornar processo educativo mais atrativo. Jogos, desafios e dinâmicas interativas são bem recebidos e favorecem internalização de bons hábitos. Martins (2018) evidencia eficácia dessas metodologias para promover aprendizado ativo.

Os benefícios de postura adequada vão além da prevenção de dores. Segundo Oliveira (2020), ela está relacionada ao bem-estar, desempenho nas atividades diárias e saúde emocional. Investir em programas educativos nesse campo é forma de promover qualidade de vida de maneira abrangente.

A construção de uma cultura de valorização do corpo e de cuidado com o próprio posicionamento configura-se como responsabilidade compartilhada entre governos, instituições de ensino, empresas e serviços de saúde. Nesse sentido, Santos (2019) defende que a criação de políticas públicas articuladas a projetos intersetoriais pode potencializar o alcance dessas ações em escala coletiva, favorecendo intervenções contínuas e socialmente sustentáveis. Tal perspectiva exige não apenas diretrizes institucionais, mas também a qualificação permanente dos profissionais envolvidos: conforme Ferreira (2017), a formação continuada dos agentes de saúde assegura a aplicação de técnicas baseadas em evidências científicas e eleva a qualidade das intervenções preventivas e terapêuticas. Associada a esse processo, a incorporação de ferramentas tecnológicas de análise corporal — como softwares de avaliação postural e sistemas de biofeedback — representa um avanço importante no campo da promoção da saúde, pois, segundo Oliveira (2020), esses recursos possibilitam avaliações mais detalhadas, monitoramento objetivo e planejamento de estratégias individualizadas. Dessa forma, políticas integradas, capacitação profissional e inovação tecnológica constituem dimensões complementares de uma mesma proposta formativa e preventiva, ampliando a eficácia das ações voltadas à educação e ao cuidado postural.

Por fim, é importante considerar postura como reflexo de aspectos físicos, emocionais e comportamentais. Silva (2020) defende que inclusão de práticas como meditação, relaxamento e controle do estresse contribui para abordagem mais completa. Pereira (2019) complementa ao reforçar que colaboração entre diferentes setores é vital para garantir resultados sustentáveis.

Pesquisa constante e avaliação dos programas existentes são imprescindíveis para aprimoramento contínuo das práticas. Santos (2020) destaca importância de estudos que investiguem impactos e revelem caminhos para inovação nas ações de orientação postural.

Dessa forma, orientação postural revela-se como estratégia multifacetada e indispensável para promoção da saúde integral. Ao articular conhecimentos técnicos, práticas educativas, recursos tecnológicos e abordagens interdisciplinares, torna-se possível promover transformações significativas nos hábitos posturais da população. Construção de consciência corporal crítica e responsável, desde infância até vida adulta, depende atuação contínua de profissionais capacitados, de políticas públicas comprometidas com bem-estar coletivo e do engajamento de instituições educativas e ambientes de trabalho.

Mais do que corrigir posições corporais, orientar sobre postura é fomentar autocuidado, valorização do corpo e prevenção de agravos que comprometem qualidade de vida. Como

ressalta Silva (2020), “a postura corporal adequada reflete não apenas alinhamento físico, mas também estado de equilíbrio emocional e bem-estar psíquico”. Integração entre teoria e prática, ciência e sensibilidade, educação e saúde constitui alicerce para desenvolvimento de ações efetivas e duradouras. Nesse cenário, investir em programas de orientação postural é investir em sociedade mais saudável, consciente e preparada para enfrentar desafios contemporâneos de forma equilibrada e resiliente.

4. PROMOÇÃO DE HÁBITOS CORPORAIS SAUDÁVEIS

É fundamental explorar as estratégias empregadas para a transmissão de conhecimentos acerca do alinhamento corporal. Isso pode envolver diferentes abordagens, tais como palestras, oficinas, materiais didáticos, recursos digitais e outras ferramentas pedagógicas. Cada uma delas contribui significativamente para ampliar a percepção dos participantes sobre seu posicionamento corporal e desenvolver competências relacionadas à manutenção de uma postura adequada e saudável (Montes; Souza; Fraga, 2020).

Os métodos de ensino adotados desempenham papel central nesse processo. Eles podem incluir demonstrações práticas de posicionamento, exercícios de percepção corporal, simulações de situações do cotidiano e atividades interativas. A escolha dessas metodologias impacta diretamente a eficácia das ações formativas. Outro elemento relevante é a abordagem pedagógica empregada, que pode variar entre estratégias instrutivas, colaborativas ou centradas na resolução de problemas. Essa seleção deve considerar o público-alvo, os objetivos do programa educativo e o contexto de aplicação (Leite; Leite, 2009).

A análise da efetividade dessas iniciativas é indispensável. Ela pode incluir o monitoramento de alterações no posicionamento corporal ao longo do tempo, bem como a avaliação do conhecimento e das práticas adquiridas pelos participantes. Compreender quais métodos demonstram maior eficiência é crucial para o desenvolvimento de propostas exitosas. Além disso, é necessário investigar os fatores motivacionais que influenciam a adoção e a manutenção de hábitos posturais saudáveis, considerando o papel da motivação intrínseca e extrínseca sobre o comprometimento individual (Miranda, 2011).

A orientação postural constitui uma estratégia estratégica para a construção de hábitos saudáveis e a prevenção de disfunções musculoesqueléticas. Ela envolve tanto a sensibilização quanto a aplicação prática de técnicas que favorecem o alinhamento corporal durante as atividades cotidianas. Segundo Souza (2015), essas ações devem ser introduzidas precocemente, sobretudo em contextos escolares, como forma de estabelecer bases sólidas para

comportamentos saudáveis. É igualmente relevante que tais iniciativas sejam contínuas e adaptadas às características de diferentes faixas etárias, contextos sociais e estilos de vida.

Em instituições de ensino, projetos voltados para a melhoria da postura têm apresentado resultados promissores, conforme apontado por Ferreira (2017). O autor constatou que intervenções práticas e teóricas realizadas em escolas contribuíram de maneira significativa para a redução de desvios posturais entre os estudantes. Tais programas devem ser incorporados ao currículo escolar, promovendo não apenas a saúde física, mas também o desempenho acadêmico, o bem-estar psicológico e a funcionalidade geral dos alunos.

No ambiente laboral, a promoção de práticas ergonômicas é essencial para prevenir lesões e aumentar a produtividade. Santos (2018) observa que a má postura no trabalho figura entre as principais causas de afastamento por problemas de saúde. Programas que contemplem ajustes no ambiente, capacitação sobre boas práticas corporais e pausas com exercícios de alongamento demonstram-se eficazes na preservação da saúde ocupacional e na manutenção do equilíbrio corporal ao longo do dia.

A tecnologia surge como aliada no processo educativo, oferecendo ferramentas inovadoras para o monitoramento e a correção postural. Aplicativos móveis, plataformas online e dispositivos com sensores têm se mostrado eficazes ao fornecer retorno imediato sobre o posicionamento corporal, facilitando ajustes em tempo real. Um estudo de Almeida (2019) comprovou a efetividade desses recursos na promoção de condutas mais saudáveis. A integração dessas tecnologias em ambientes escolares e corporativos representa um avanço significativo no alcance e na eficiência das intervenções.

A saúde emocional encontra-se estreitamente relacionada à forma como nos posicionamos. De acordo com Silva (2020), manter uma postura ereta pode estar associado a uma maior autoestima, sensação de segurança e bem-estar geral. Por isso, é recomendável incluir, nas intervenções educativas, reflexões sobre a interconexão entre corpo e aspectos psicoemocionais, promovendo uma abordagem integral da saúde e do autocuidado.

A prática sistemática de atividades físicas constitui outro componente crucial para o desenvolvimento de uma postura equilibrada. Modalidades como pilates, yoga, alongamentos específicos e exercícios de fortalecimento funcional fortalecem a musculatura, melhoram a flexibilidade e contribuem para o realinhamento corporal. Lima (2021) destaca que a inclusão constante desses exercícios em programas educativos potencializa os resultados e favorece a saúde de maneira ampla e sustentável.

A ergonomia, especialmente nos espaços de estudo e trabalho, desempenha função central na manutenção de um posicionamento adequado. O uso de móveis ajustáveis, a

organização funcional dos ambientes e o conhecimento sobre sua correta utilização são medidas preventivas fundamentais. Oliveira (2016) reforça que tais cuidados ajudam a evitar desconfortos musculoesqueléticos e aumentam a eficiência nas tarefas diárias.

As ações educativas devem considerar as particularidades de cada indivíduo. Intervenções personalizadas, que levem em conta faixa etária, gênero, condições pré-existentes e atividades desenvolvidas, tendem a alcançar maior efetividade. Costa (2018) ressalta a importância da flexibilidade e da adaptação contínua para assegurar melhores resultados e maior adesão.

A inclusão de orientações posturais nos serviços de saúde também é estratégica. Clínicas e centros de reabilitação que oferecem acompanhamento por profissionais especializados, como fisioterapeutas, podem proporcionar atendimento mais direcionado. Rodrigues (2016) defende que essas ações devem integrar os processos de tratamento e prevenção, ampliando o impacto sobre a qualidade de vida dos pacientes.

O engajamento dos participantes é determinante para o sucesso das intervenções. Atividades práticas, participativas e interativas, como oficinas, desafios e dinâmicas, ajudam a manter o interesse, reforçam a aprendizagem e elevam a motivação. Santos (2020) observa que o uso de feedback positivo e a valorização dos avanços constituem estratégias eficazes para incentivar a adesão e a continuidade dos hábitos saudáveis.

A cooperação com outras áreas do conhecimento favorece uma abordagem interdisciplinar, ampliando o escopo e a profundidade das práticas educativas. A colaboração entre fisioterapeutas, educadores físicos, psicólogos, pedagogos e outros profissionais enriquece as intervenções e promove uma visão holística. Pereira (2019) argumenta que essa integração permite abordar a postura de forma ampla e eficaz, considerando fatores físicos, emocionais e sociais.

Campanhas de saúde, veiculadas por diversos meios de comunicação, expandem o alcance das mensagens educativas. Almeida (2022) afirma que iniciativas informativas em escolas, empresas e redes sociais podem influenciar de maneira significativa os comportamentos da população, promovendo mudanças sustentáveis e disseminando práticas de cuidado corporal.

A continuidade e a atualização das orientações são essenciais. Costa (2020) destaca que o acompanhamento constante e a adaptação das recomendações conforme mudanças no estilo de vida são determinantes para o sucesso a longo prazo. Manter os conteúdos atualizados e alinhados com evidências científicas fortalece a eficácia dos programas.

O uso de atividades lúdicas e criativas, especialmente com crianças e adolescentes, torna o processo educativo mais atrativo. Jogos, desafios, dinâmicas interativas e práticas de engajamento ativo favorecem a internalização de bons hábitos. Martins (2018) evidencia que metodologias participativas promovem aprendizado ativo e consolidam comportamentos posturais saudáveis.

Os benefícios de uma postura adequada vão além da prevenção de dores musculoesqueléticas. Oliveira (2020) ressalta que ela está relacionada ao bem-estar geral, ao desempenho nas atividades diárias, à saúde emocional e à capacidade funcional. Investir em programas educativos nesse campo constitui uma estratégia eficaz para promover qualidade de vida ampla e duradoura.

A construção de uma cultura de valorização do corpo e de cuidado com o próprio posicionamento corporal configura-se como responsabilidade compartilhada entre governos, instituições educacionais, empresas e serviços de saúde. Nessa perspectiva, Santos (2019) sustenta que a implementação de políticas públicas integradas, articuladas a projetos colaborativos intersetoriais, amplia o alcance dessas ações em escala coletiva e favorece a consolidação de práticas contínuas de promoção e prevenção em saúde. Contudo, a efetividade dessas diretrizes depende diretamente da qualificação daqueles que as executam, razão pela qual a formação permanente dos profissionais envolvidos torna-se componente estruturante desse processo. Conforme Ferreira (2017), a capacitação continuada assegura a adoção de práticas fundamentadas em evidências científicas, aprimora a tomada de decisão clínica e eleva a qualidade das intervenções desenvolvidas junto à população. Desse modo, políticas institucionais e desenvolvimento profissional não se configuram como dimensões isoladas, mas como elementos complementares de uma mesma estratégia social, cuja finalidade é promover a internalização de hábitos posturais saudáveis e sustentáveis ao longo do tempo.

A utilização de ferramentas tecnológicas de análise corporal, como softwares avançados e sistemas de biofeedback, representa um avanço significativo. Oliveira (2020) aponta que tais recursos permitem avaliações detalhadas e facilitam o planejamento de estratégias específicas, elevando a precisão e a eficácia do acompanhamento.

Finalmente, é importante compreender a postura como manifestação complexa produzida pela interação entre dimensões físicas, emocionais e comportamentais, não podendo ser reduzida a um fenômeno estritamente biomecânico. Nessa perspectiva ampliada, Silva (2020) argumenta que práticas como meditação, relaxamento e estratégias sistemáticas de controle do estresse favorecem a regulação tônico-postural, contribuindo para maior consciência corporal e para a reorganização de padrões motores habituais. De modo

complementar, Pereira (2019) ressalta que a colaboração entre diferentes setores sociais — educação, saúde, trabalho e gestão pública — constitui condição indispensável para a sustentabilidade das intervenções, uma vez que os hábitos posturais são construídos e mantidos no cotidiano das relações sociais.

Nesse cenário, a produção contínua de conhecimento assume papel estruturante, tornando a pesquisa permanente e a avaliação sistemática de programas elementos essenciais para o aperfeiçoamento das práticas. Conforme Santos (2020), estudos que investigam impactos, metodologias inovadoras e estratégias interdisciplinares permitem não apenas mensurar resultados, mas também reorientar ações, ajustar protocolos e ampliar a efetividade das intervenções ao longo do tempo. Assim, a integração entre abordagem biopsicossocial, articulação intersetorial e investigação científica contínua consolida uma base mais consistente para o desenvolvimento de programas de promoção da saúde postural verdadeiramente abrangentes e duradouros.

Dessa forma, a orientação postural revela-se uma estratégia multifacetada e indispensável para a promoção da saúde integral. Ao articular conhecimentos técnicos, práticas educativas, recursos digitais e abordagens interdisciplinares, é possível promover transformações significativas nos hábitos posturais da população. A construção de uma consciência corporal crítica e responsável, desde a infância até a vida adulta, depende da atuação contínua de profissionais capacitados, de políticas públicas comprometidas com o bem-estar coletivo e do engajamento de instituições educativas e ambientes laborais.

5. FISIOTERAPIA NA PREVENÇÃO E EDUCAÇÃO DO ALINHAMENTO CORPORAL

No âmbito desta investigação, a análise do papel da terapia fisioterapêutica na promoção do alinhamento corporal adequado apresenta-se como eixo estruturante de compreensão e intervenção. Os profissionais fisioterapeutas exercem uma função essencial na detecção, análise e ajuste de disfunções posturais (Garcia *et al*., 2020). Para isso, fazem uso de um conjunto de estratégias clínicas e métodos terapêuticos que objetivam aperfeiçoar o posicionamento corporal dos indivíduos. A primeira etapa desse processo compreende a identificação das alterações posturais (De Paoli; Machado, 2022). Tal procedimento geralmente se inicia com a observação das irregularidades na organização do corpo, incluindo assimetria e debilidades musculares que podem favorecer posições inadequadas. A análise clínica é um componente

determinante, pois possibilita aos fisioterapeutas compreender a causa subjacente das alterações de postura (Martins; Góes, 2013).

Com base nessa avaliação, os fisioterapeutas elaboram planos terapêuticos individualizados. Tais programas podem abranger atividades específicas de tonificação e extensão muscular, projetadas para reforçar os músculos enfraquecidos e alongar os encurtados, promovendo, assim, maior estabilidade corporal (Ennes; Marques, 2016). As técnicas manuais, como a massagem clínica, a mobilização articular e a liberação miofascial, são amplamente aplicadas para otimizar a mobilidade e o equilíbrio corporal (Borges *et al*., 2019).

A consciência corporal constitui um elemento essencial do processo terapêutico voltado às alterações posturais. Os fisioterapeutas instruem os indivíduos a perceber e ajustar posições incorretas nas suas rotinas diárias. Eles também podem sugerir o emprego de dispositivos auxiliares, como órteses ou apoios ergonômicos, para favorecer a manutenção do alinhamento corporal. A educação assume papel decisivo na intervenção, pois os profissionais orientam os pacientes acerca da relevância da postura correta e oferecem diretrizes práticas sobre sua conservação ao longo do tempo. O ensino postural é um instrumento valioso para estimular a autonomia dos pacientes na autogestão do corpo (Hack; Taffarel; Casagrande, 2016).

O tratamento das alterações de alinhamento frequentemente requer monitoramento e reavaliação constantes, garantindo que os pacientes apresentem avanços e mantenham padrões corporais saudáveis (De Miranda; De Sá, 2020). A fisioterapia exerce um papel determinante na promoção do equilíbrio corporal, não apenas ajustando disfunções existentes, mas também evitando futuras complicações. Isso é obtido por meio de uma ampla gama de recursos terapêuticos, exercícios adaptados e orientações educativas, contribuindo para elevar a qualidade de vida e diminuir o risco de dores crônicas e distúrbios musculoesqueléticos associados à má postura (Pletsh, 2014).

A atuação fisioterapêutica desempenha papel indispensável na retificação e preservação do alinhamento corporal, fundamental para o bem-estar físico e funcional. Alterações posturais podem originar múltiplas condições musculoesqueléticas e desequilíbrios biomecânicos. A avaliação corporal é um dos principais procedimentos realizados pelo fisioterapeuta e envolve a observação minuciosa do eixo corporal em diferentes posições e movimentos. Oliveira (2019) salienta que, ao reconhecer desvios de alinhamento e padrões disfuncionais de movimento, o fisioterapeuta pode planejar intervenções individualizadas voltadas à reeducação postural e prevenção de novos distúrbios.

A análise pormenorizada da postura conduzida pelo fisioterapeuta requer precisão e atenção minuciosa. Durante o exame, o profissional observa o posicionamento global, a simetria muscular e a função articular, identificando descompensações e limitações funcionais. Ferreira (2018) destaca que uma avaliação abrangente é indispensável para compreender a origem das disfunções posturais e para formular um plano terapêutico eficaz, abordando as causas primárias e não apenas os efeitos sintomáticos.

Com base nessa análise corporal, o fisioterapeuta estrutura um programa de intervenção que pode integrar diferentes métodos terapêuticos. Entre as principais ações estão os exercícios de fortalecimento, os alongamentos e as técnicas manuais. A combinação desses procedimentos, ajustada às necessidades de cada paciente, busca aperfeiçoar o alinhamento físico e minimizar desconfortos. Silva (2020) observa que a personalização das estratégias é essencial para a efetividade da terapia e para garantir uma reeducação postural duradoura.

Os exercícios de tonificação muscular são particularmente relevantes na terapia postural, uma vez que a debilidade muscular pode favorecer o mau alinhamento. O reforço dos músculos estabilizadores da coluna, como os abdominais e paravertebrais, é indispensável para preservar o equilíbrio corporal. Conforme Santos (2017), a execução de exercícios direcionados ao fortalecimento contribui para corrigir assimetrias, prevenir disfunções musculoesqueléticas e sustentar uma base sólida para o bem-estar corporal.

Além do reforço muscular, os exercícios de alongamento constituem um elemento essencial da intervenção fisioterapêutica voltada à reeducação postural. O alongamento auxilia na otimização da flexibilidade e na ampliação da mobilidade articular, fatores indispensáveis para preservar o alinhamento corporal e evitar lesões. Durante as sessões terapêuticas, o fisioterapeuta orienta o paciente na execução de alongamentos direcionados, com o propósito de corrigir retrações musculares e restaurar o equilíbrio entre músculos antagonistas. Essa prática favorece a melhora da amplitude articular, da coordenação motora e da percepção corporal, componentes determinantes para uma postura eficiente e funcional.

Os alongamentos estáticos e dinâmicos são empregados de modo complementar, conforme as necessidades específicas de cada paciente. O alongamento estático consiste na manutenção controlada de uma posição por certo intervalo de tempo, promovendo o relaxamento e o aumento do comprimento muscular, enquanto o alongamento dinâmico envolve movimentos graduais e controlados que ampliam progressivamente a mobilidade articular e preparam o corpo para o exercício físico. Ambas as modalidades são essenciais para a reeducação postural, pois contribuem para o equilíbrio entre grupos musculares e para a prevenção de dores e tensões relacionadas à postura inadequada.

As manipulações manuais também exercem papel expressivo na terapia fisioterapêutica do alinhamento corporal. Entre essas estratégias, destacam-se a liberação miofascial, a mobilização articular e a terapia manual, que têm como finalidade diminuir as restrições musculares e articulares, otimizar a circulação sanguínea e aliviar desconfortos. Segundo Pereira e Furtado (2018), a utilização dessas abordagens contribui para a recuperação da função muscular e articular, favorecendo a correção postural e o bem-estar físico.

A fisioterapia atua, portanto, de forma integrada e sistêmica, unindo exercícios terapêuticos, alongamentos direcionados e técnicas manuais para ajustar e prevenir alterações posturais. Essa abordagem abrangente permite tratar as origens das disfunções posturais, e não apenas seus efeitos sintomáticos, garantindo resultados mais consistentes. Ademais, a reeducação postural promovida pela fisioterapia estimula a consciência corporal e o autodomínio muscular, capacitando o indivíduo a adotar comportamentos posturais mais saudáveis em suas atividades cotidianas (Souza; Nascimento, 2016).

A postura equilibrada é essencial para a saúde musculoesquelética, pois assegura a distribuição uniforme das forças sobre as articulações e estruturas musculares, prevenindo sobrecargas e lesões. Quando ocorre alinhamento incorreto, surgem compensações estruturais que podem resultar em dores persistentes e restrições funcionais. A terapia postural fisioterapêutica busca restabelecer o eixo corporal e aperfeiçoar o desempenho global do sistema musculoesquelético, promovendo saúde física e melhor qualidade de vida (Ferreira, 2020).

Segundo Melo e Araújo (2019), os exercícios posturais realizados sob supervisão fisioterapêutica não apenas corrigem desalinhamentos, mas também fortalecem a estrutura musculoesquelética e aperfeiçoam o controle motor. Essa integração entre força, flexibilidade e percepção corporal é vital para o desenvolvimento de uma postura estável e para a prevenção de distúrbios futuros. Além disso, a prática regular de exercícios e alongamentos contribui para a melhora da circulação, da eficiência muscular e da coordenação motora, aspectos que repercutem diretamente em uma postura mais firme e em um melhor desempenho nas tarefas diárias.

O alinhamento corporal adequado exerce papel determinante na preservação da condição física e na execução eficaz dos movimentos. Uma postura correta possibilita que o organismo funcione de forma harmoniosa e equilibrada, diminuindo o risco de dores e lesões musculoesqueléticas. Em contrapartida, o posicionamento incorreto pode ocasionar sobrecarga articular, tensões musculares e alterações funcionais que comprometem o bem-estar e o desempenho integral do indivíduo. A fisioterapia, nesse contexto, tem como propósito central

restaurar e conservar o equilíbrio corporal, promovendo a sincronia entre estruturas musculares e articulares.

Dentre os recursos empregados na terapia postural fisioterapêutica, salientam-se o fortalecimento muscular, os alongamentos, os exercícios de estabilização e as práticas de percepção corporal. O fortalecimento é indispensável para assegurar a estabilidade das articulações e sustentar o corpo, enquanto os alongamentos favorecem a elasticidade e mobilidade. Já os exercícios de estabilização visam o controle dos músculos profundos, sobretudo os do tronco, que são responsáveis por manter o equilíbrio postural. A consciência corporal, por sua vez, auxilia o sujeito a identificar e corrigir desalinhamentos, favorecendo o autocontrole postural e a prevenção de desconfortos musculares.

A prática fisioterapêutica voltada ao alinhamento corporal também se associa à educação postural, cujo objetivo é instruir e orientar os indivíduos sobre a adoção de posturas adequadas nas atividades diárias. No contexto escolar, por exemplo, a intervenção fisioterapêutica pode atuar preventivamente contra desvios posturais em crianças e adolescentes, por meio de ações educativas e exercícios voltados ao reconhecimento corporal e à ergonomia na escola (Silva; Ribeiro, 2021).

Além do âmbito educacional, a fisioterapia postural apresenta grande relevância no meio ocupacional, considerando que muitos trabalhadores permanecem longos períodos em posições inadequadas, o que predispõe ao surgimento de dores e disfunções musculoesqueléticas. A implantação de programas de ginástica laboral, orientações ergonômicas e exercícios específicos no ambiente de trabalho pode minimizar significativamente o risco de lesões e melhorar o bem-estar dos profissionais.

Os avanços tecnológicos também ampliaram as possibilidades da fisioterapia postural, com o uso de softwares de análise postural, plataformas de telereabilitação e sistemas de biofeedback, que possibilitam avaliar e ajustar a postura de modo mais preciso e personalizado. Esses instrumentos tecnológicos tornam o processo terapêutico mais dinâmico, interativo e eficiente, favorecendo a adesão dos pacientes e o acompanhamento dos progressos obtidos (Costa; Mendes, 2022).

No âmbito interdisciplinar, a fisioterapia postural dialoga com áreas como Educação Física, Psicologia, Ergonomia e Pedagogia, reforçando a necessidade de uma perspectiva integrada no cuidado à saúde. A colaboração entre especialistas permite compreender o sujeito de modo integral, considerando seus aspectos físicos, emocionais e sociais. Assim, a promoção do alinhamento corporal ultrapassa o campo clínico e se estende ao espaço educativo, preventivo e social, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e saudáveis.

Portanto, a fisioterapia voltada ao equilíbrio corporal constitui um segmento essencial da prática profissional, cuja importância transcende a reabilitação e envolve a promoção da saúde, a prevenção de disfunções e a educação motora. Por meio de abordagens que conciliam conhecimento técnico, científico e pedagógico, o fisioterapeuta exerce função determinante na construção de uma sociedade mais saudável, funcional e equilibrada.

6. METODOLOGIA

O presente estudo foi estruturado a partir de uma revisão de literatura sistemática de natureza qualitativa e explicativa, com o objetivo de investigar a inter-relação entre fisioterapia, educação e a teoria histórico-cultural de Lev Vygotsky no contexto da educação postural de estudantes. Tal abordagem metodológica foi adotada em razão de sua capacidade de proporcionar uma análise aprofundada e contextualizada, permitindo compreender as dimensões socioculturais, pedagógicas e fisiológicas que permeiam os processos educativos voltados à promoção da postura adequada.

Segundo Gil (2018), a pesquisa qualitativa possibilita a exploração de significados, valores e práticas socialmente construídas, considerando os ambientes e experiências dos sujeitos. Nesse sentido, a análise qualitativa permite não apenas observar comportamentos e resultados mensuráveis, mas também interpretar o sentido das práticas e das relações estabelecidas no contexto educacional e fisioterapêutico. Minayo (2012) reforça que essa abordagem é particularmente adequada para compreender fenômenos complexos, como a integração entre aprendizagem, desenvolvimento corporal e mediação cultural, elementos centrais à teoria histórico-cultural de Vygotsky.

A revisão sistemática qualitativa distingue-se pelo rigor metodológico aplicado à seleção, análise e síntese das evidências disponíveis na literatura, promovendo uma visão crítica e abrangente do conhecimento existente sobre o tema (Santos; Cunha, 2019). Esse tipo de revisão possibilita identificar padrões recorrentes, lacunas de investigação e divergências conceituais, consolidando um panorama detalhado das práticas de educação postural e seu vínculo com a atuação fisioterapêutica. Além disso, permite o mapeamento de estratégias pedagógicas eficazes e a compreensão de como os conceitos de mediação social e uso de ferramentas culturais, centrais à perspectiva vygotskiana, podem subsidiar intervenções educativas fundamentadas cientificamente.

O processo metodológico foi estruturado em etapas previamente planejadas e sistematicamente organizadas. Inicialmente, estabeleceram-se critérios de inclusão e exclusão

dos estudos, considerando-se como critérios de inclusão: artigos originais publicados em periódicos científicos, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, relacionados à educação postural, intervenção fisioterapêutica, contexto escolar e desenvolvimento postural de crianças e adolescentes. Como critérios de exclusão, foram desconsiderados resumos simples, estudos duplicados, trabalhos sem relação direta com o tema, pesquisas exclusivamente cirúrgicas ou farmacológicas e publicações sem rigor metodológico claramente descrito. Em seguida, realizou-se busca sistemática em bases de dados especializadas (SciELO, PubMed, LILACS e Web of Science), seguida da leitura exploratória e analítica dos textos selecionados, análise crítica do conteúdo e categorização das informações relevantes de forma organizada. A síntese das evidências foi estruturada a partir de eixos temáticos centrais, tais como práticas de educação postural, estratégias de intervenção fisioterapêutica, influência do contexto escolar e impacto da mediação cultural sobre o desenvolvimento postural de estudantes.

A escolha dessa abordagem metodológica justifica-se por sua capacidade de produzir resultados consistentes e fundamentados, possibilitando compreender o estado atual do conhecimento, identificar lacunas investigativas e orientar pesquisas futuras. Ademais, a revisão sistematizada de natureza qualitativa e explicativa favorece a elaboração de recomendações tanto práticas quanto teóricas voltadas à promoção de hábitos posturais saudáveis, à prevenção de disfunções musculoesqueléticas e ao desenvolvimento de práticas educativas integradas e contextualizadas.

Dessa forma, a metodologia adotada assegura robustez científica e profundidade analítica, permitindo articular de maneira coerente os aspectos teóricos, pedagógicos e clínicos relacionados à educação postural. Além disso, possibilita a proposição de intervenções fundamentadas em evidências e alinhadas à teoria histórico-cultural e às práticas fisioterapêuticas, com vistas à melhoria do desenvolvimento postural de estudantes em diferentes contextos educacionais.

6.1. SELEÇÃO DE ESTUDOS

A seleção dos estudos para esta revisão sistemática qualitativa foi conduzida em etapas rigorosas, seguindo um protocolo metodológico estruturado para garantir a inclusão de literatura relevante e de alta qualidade. Para tanto, foram utilizadas bases de dados eletrônicas amplamente reconhecidas no meio acadêmico, incluindo Lilacs, PubMed, Scielo e Google Scholar.

Os critérios de inclusão foram definidos de maneira detalhada, priorizando estudos publicados nos últimos dez anos que explorassem a interseção entre fisioterapia, educação e a teoria histórico-cultural de Lev Vygotsky. Foram considerados estudos qualitativos, revisões de literatura e artigos teóricos, desde que abordassem a educação postural em contextos educacionais e apresentassem contribuições empíricas, metodológicas ou conceituais relevantes para a compreensão das práticas educativas e da promoção de hábitos posturais saudáveis em estudantes. Além disso, foram incluídos trabalhos que investigassem a influência de fatores sociais, culturais e pedagógicos sobre a postura, bem como aqueles que discutissem estratégias de intervenção postural aplicáveis a diferentes faixas etárias, contextos escolares ou ambientes de aprendizagem formal. Essa seleção garante que a literatura considerada não apenas descreva os fenômenos posturais, mas também apresente elementos que possam subsidiar a construção de práticas educativas fundamentadas em evidências.

Os critérios de exclusão também foram aplicados de forma rigorosa. Foram descartados artigos que não abordassem diretamente a educação postural, opiniões ou relatos de experiência sem fundamentação empírica, pesquisas focadas exclusivamente em análises biomecânicas sem considerar o contexto sociocultural, bem como estudos com amostras inadequadas, dados incompletos ou duplicidade de publicações. Adicionalmente, trabalhos publicados em idiomas fora do português, inglês e espanhol foram excluídos, garantindo a acessibilidade da análise e a consistência na interpretação dos resultados. Esses critérios de exclusão asseguram que a revisão contemple apenas estudos de alta relevância, com rigor metodológico e que contribuam de forma consistente para a compreensão dos fatores que influenciam a postura e a educação postural em estudantes.

Após a triagem inicial, os artigos considerados elegíveis foram submetidos a uma leitura integral, envolvendo análise detalhada de objetivos, metodologias, resultados e discussões. Essa etapa final assegurou que apenas estudos com elevada relevância científica, consistência metodológica e aplicabilidade prática fossem incluídos na revisão. A adoção dessa abordagem criteriosa permitiu consolidar uma base de literatura robusta e pertinente, essencial para identificar lacunas no conhecimento, fundamentar as análises desta revisão e orientar futuras investigações na área da educação postural, da fisioterapia e da aplicação da teoria histórico-cultural de Vygotsky.

6.2. COLETA DE DADOS

Esta pesquisa caracteriza-se como qualitativa, de natureza explicativa, fundamentada em uma revisão sistemática da literatura. A abordagem qualitativa foi adotada por possibilitar compreensão aprofundada e contextualizada dos fenômenos investigados, considerando suas dimensões sociais, culturais, históricas e pedagógicas, conforme Gil (2018). O enfoque explicativo, por sua vez, buscou analisar criticamente as relações entre fisioterapia, educação e a teoria histórico-cultural de Lev Vygotsky no contexto da educação postural de estudantes, evidenciando como práticas pedagógicas e intervenções clínicas se articulam a fatores socioculturais na construção de hábitos posturais saudáveis.

A revisão sistemática qualitativa foi conduzida a partir de um protocolo metodológico estruturado e rigoroso, com etapas planejadas para garantir transparência, confiabilidade e reprodutibilidade. Inicialmente, foram definidos descritores e palavras-chave e elaboradas estratégias de busca abrangentes. Utilizaram-se os termos “educação postural”, “fisioterapia”, “teoria histórico-cultural”, “Vygotsky”, “influências culturais” e “estudantes”, combinados por operadores booleanos (“AND” e “OR”), ampliando o alcance da pesquisa e permitindo contemplar múltiplas perspectivas teóricas e empíricas.

As buscas ocorreram entre março e maio de 2024, em bases de dados reconhecidas internacionalmente - PubMed, SciELO, LILACS e Google Scholar - considerando publicações em português, inglês e espanhol. O recorte temporal priorizou estudos publicados entre 2014 e 2024, a fim de assegurar contemporaneidade e relevância científica das evidências analisadas.

Os critérios de inclusão foram estabelecidos para garantir pertinência temática e consistência científica, sendo selecionados estudos que:

(a) abordassem a interseção entre fisioterapia, educação e teoria histórico-cultural, enfatizando contribuições pedagógicas e clínicas para a educação postural;

(b) discutissem práticas educativas, estratégias de intervenção postural e programas preventivos em contextos escolares ou educativos;

(c) apresentassem caráter qualitativo, revisões sistemáticas ou fundamentação teórica consistente;

(d) descrevessem claramente procedimentos metodológicos, assegurando validade e confiabilidade dos dados.

Foram excluídos estudos que:

(a) não tratassem diretamente da educação postural ou da integração entre fisioterapia e educação;

(b) consistissem em opiniões ou comentários sem base empírica;

(c) restringissem-se exclusivamente a aspectos biomecânicos ou fisiológicos, sem abordagem sociocultural ou pedagógica;

(d) apresentassem metodologia incompleta ou análise insuficientemente descrita.

A triagem ocorreu em três etapas sucessivas: leitura de títulos e resumos, aplicação detalhada dos critérios de elegibilidade e leitura integral com análise crítica dos estudos selecionados. Ao final do processo, foram identificados inicialmente 428 registros, dos quais 312 permaneceram após remoção de duplicidades; após a aplicação dos critérios de elegibilidade restaram 67 textos para leitura integral, culminando na seleção final de 28 artigos científicos, 6 capítulos de livros e 4 obras de referência teórica, compondo o corpus analítico da pesquisa.

Para análise dos dados adotou-se síntese narrativa com categorização temática, permitindo identificar padrões, convergências e lacunas na literatura. As informações foram organizadas em quadros comparativos contendo autor, ano, objetivo, metodologia, população, intervenções e principais achados, garantindo sistematização e clareza analítica.

Esse percurso metodológico possibilitou a constituição de uma base teórica consistente e confiável, sustentando a interpretação crítica acerca dos fatores envolvidos na educação postural de estudantes. Ademais, forneceu subsídios para proposição de recomendações fundamentadas, contribuindo tanto para o avanço do campo científico quanto para a implementação de estratégias educativas e clínicas mais eficazes.

6.3. ANÁLISE DE DADOS

A análise dos dados desta pesquisa foi conduzida por meio da análise temática, um método amplamente utilizado na investigação qualitativa devido à sua flexibilidade e à capacidade de identificar, organizar e interpretar padrões recorrentes em conjuntos complexos de informações. Segundo Braun e Clarke (2006), a análise temática permite descrever, interpretar e sintetizar dados qualitativos de forma sistemática, sendo especialmente eficaz para explorar dimensões subjetivas, sociais e culturais de um fenômeno. Tal abordagem possibilita uma compreensão aprofundada dos processos investigados, favorecendo a identificação de temas que emergem a partir de múltiplas fontes e contextos.

A aplicação da análise temática nesta pesquisa seguiu rigorosamente as seis etapas propostas por Braun e Clarke (2006), adaptadas para atender às especificidades do estudo e do referencial teórico adotado. Essas etapas foram: (1) familiarização com os dados; (2) geração de códigos iniciais; (3) busca por temas; (4) revisão dos temas; (5) definição e nomeação dos

temas; e (6) elaboração do relatório final. A seguir, detalham-se os procedimentos de cada etapa, evidenciando a sistematização e a consistência metodológica do processo.

Na fase inicial de familiarização com os dados, os estudos selecionados foram lidos de forma repetida e reflexiva, permitindo aos pesquisadores uma apropriação profunda do conteúdo, das ideias centrais e das nuances teóricas de cada estudo. Foram registradas impressões iniciais, padrões observados e aspectos relevantes que serviriam como base para a codificação subsequente e a construção de temas consistentes.

A geração de códigos iniciais consistiu na identificação e registro de trechos significativos dos textos, aos quais foram atribuídos códigos descritivos que representavam conceitos-chave presentes nos dados. Entre os principais códigos identificados estavam as práticas pedagógicas aplicadas na educação postural, as dimensões socioculturais envolvidas na formação de hábitos posturais, e as inter-relações entre fisioterapia, educação e contexto escolar. Essa etapa foi essencial para organizar os dados de maneira estruturada, facilitando a análise subsequente e a construção de padrões significativos.

Na etapa de busca por temas, os códigos foram agrupados em categorias e temas preliminares, identificando padrões recorrentes nos estudos analisados. Essa fase envolveu análise crítica das relações entre os códigos, considerando similaridades, complementaridades e relevância para os objetivos da pesquisa. Os temas emergentes foram avaliados quanto à sua capacidade de representar conceitos centrais, garantindo alinhamento com o referencial teórico e com o foco investigativo da pesquisa.

A revisão dos temas envolveu refinamento e consolidação das categorias identificadas. Cada tema preliminar foi analisado quanto à coerência interna, consistência com os dados brutos e capacidade de representar fielmente os fenômenos observados. Durante essa etapa, alguns temas foram subdivididos, reagrupados ou eliminados, assegurando clareza, distinção e pertinência de cada categoria. Esse processo exigiu constante interação entre dados empíricos e conceitos teóricos, especialmente os princípios da teoria histórico-cultural de Vygotsky, garantindo que a análise permanecesse fundamentada na perspectiva de mediação cultural, desenvolvimento humano e práticas pedagógicas.

Na fase de definição e nomeação dos temas, cada categoria foi descrita detalhadamente, destacando seu significado e relevância no contexto da pesquisa. Foram elaboradas descrições analíticas que integraram os achados com a teoria histórico-cultural, enfatizando conceitos-chave como mediação social, construção de hábitos corporais, interações entre corpo e aprendizagem, e o papel do contexto social e escolar na formação postural dos estudantes.

Finalmente, a elaboração do relatório final consistiu na organização dos temas em uma narrativa coesa, clara e fundamentada, articulando os resultados obtidos com a teoria de Vygotsky e as implicações para a prática da fisioterapia em contextos educacionais. A análise temática foi complementada por uma abordagem explicativa, possibilitando não apenas a identificação de padrões, mas também a interpretação crítica de suas relações com fatores socioculturais, pedagógicos e fisioterapêuticos.

O processo analítico adotado proporcionou uma compreensão aprofundada das inter-relações entre fisioterapia, educação e teoria histórico-cultural, permitindo identificar como práticas pedagógicas, estratégias de intervenção e influências socioculturais interagem na formação de hábitos posturais. A integração da análise temática com uma abordagem explicativa resultou em insights significativos sobre os processos de ensino-aprendizagem e sobre a construção de consciência corporal em estudantes, evidenciando a importância de programas educativos e intervenções fundamentadas em princípios científicos e pedagógicos sólidos.

6.4. SÍNTESE DOS RESULTADOS

A organização e apresentação dos resultados desta pesquisa foram conduzidas por meio de uma análise crítica, detalhada e reflexiva das convergências e divergências identificadas nos estudos selecionados, buscando não apenas descrever os achados, mas interpretá-los à luz do referencial teórico adotado. Esse procedimento possibilitou relacionar evidências empíricas, pressupostos conceituais e implicações práticas, favorecendo uma compreensão mais ampla e integrada do fenômeno investigado. O objetivo central dessa etapa foi construir uma compreensão abrangente, contextualizada e teoricamente fundamentada sobre a educação postural de estudantes no ambiente escolar. A análise permitiu evidenciar os fatores socioculturais que exercem influência direta na formação e no desenvolvimento de hábitos posturais, destacando-se, entre eles, as práticas pedagógicas adotadas pelos professores, os valores culturais predominantes nas comunidades escolares, a dinâmica social dos grupos de estudantes e os contextos ambientais específicos em que os alunos estão inseridos.

Foram identificados padrões recorrentes nos estudos analisados, como a prevalência de práticas educacionais tradicionais que priorizam o desempenho cognitivo em detrimento do desenvolvimento da consciência corporal. Observou-se também a escassez de abordagens interdisciplinares que integrem profissionais da saúde, especialmente fisioterapeutas, no planejamento e na execução de atividades escolares. Paralelamente, foram reconhecidas

experiências exitosas que incorporaram estratégias de educação postural baseadas em ações colaborativas entre educadores e profissionais de saúde, com destaque para contextos escolares que valorizam a diversidade cultural, a inclusão social e a promoção de práticas educativas que reconhecem o corpo como elemento central do aprendizado.

A interpretação dos resultados foi fundamentada na teoria histórico-cultural de Lev Vygotsky (1978), cuja perspectiva possibilita compreender criticamente as relações entre cultura, desenvolvimento humano e processos educativos. De acordo com essa abordagem, as funções psicológicas superiores se desenvolvem por meio da mediação cultural, ou seja, por intermédio da interação social e da apropriação de instrumentos culturais, nos quais o corpo e suas expressões desempenham papel significativo. Dessa forma, a postura corporal não deve ser vista apenas como um fenômeno biomecânico, mas como uma construção histórica e cultural, resultante das práticas cotidianas e das interações sociais vivenciadas pelos estudantes no contexto escolar.

A análise revelou que práticas pedagógicas que desconsideram as particularidades culturais, sociais e individuais dos alunos tendem a perpetuar padrões posturais inadequados. Em contrapartida, abordagens integradas, que reconhecem o corpo como parte essencial do processo educativo, contribuem de maneira significativa para a formação de hábitos posturais saudáveis. Nesse sentido, a escola deve ser compreendida não apenas como espaço de transmissão de conteúdos formais, mas como ambiente privilegiado para o desenvolvimento integral dos sujeitos, no qual corporeidade, aprendizagem e saúde se articulam de maneira indissociável.

Além disso, identificaram-se implicações práticas significativas para a atuação fisioterapêutica e educacional, indicando a necessidade de intervenções contínuas e articuladas no contexto escolar. Entre as estratégias propostas destacam-se a incorporação sistemática de conteúdos relacionados à consciência corporal nos currículos, a adoção de metodologias ativas que valorizem o movimento, a experimentação e a percepção do corpo no processo de aprendizagem e a inserção da fisioterapia com caráter preventivo, educativo e orientador no cotidiano escolar. Tais ações favorecem não apenas a correção de padrões posturais inadequados, mas também o desenvolvimento da autonomia, da autorregulação e da compreensão crítica dos hábitos corporais pelos estudantes.

Evidencia-se, ainda, a necessidade de políticas públicas que incentivem a presença do fisioterapeuta nas instituições de ensino, atuando de forma integrada a equipes multidisciplinares compostas por professores, profissionais da saúde e gestores escolares. Essa atuação colaborativa possibilita a construção de práticas pedagógicas mais sensíveis às

dimensões corporais do aprendizado e contribui para a promoção da saúde integral, para a prevenção precoce de agravos musculoesqueléticos e para a consolidação de hábitos posturais saudáveis ao longo do desenvolvimento humano.

A comparação entre os dados empíricos obtidos nos estudos analisados e os princípios da teoria histórico-cultural permitiu uma validação crítica dos achados, enriquecendo a discussão com reflexões sobre o papel da escola como mediadora de práticas corporais significativas. A análise evidenciou, ainda, que o desenvolvimento de uma postura adequada deve ser compreendido como um processo dinâmico, historicamente construído por meio da interação contínua entre o sujeito, a cultura e o ambiente escolar.

Por fim, essa abordagem integrativa proporcionou uma compreensão aprofundada das complexas inter-relações entre fatores individuais, sociais e culturais na educação postural, oferecendo subsídios teóricos e práticos para a formulação de propostas pedagógicas e fisioterapêuticas mais sensíveis, inclusivas e eficazes. Tais contribuições são fundamentais não apenas para aprimorar as práticas educacionais e a atuação da fisioterapia no contexto escolar, mas também para orientar pesquisas futuras que desejem investigar de forma mais detalhada as relações entre corpo, cultura, aprendizagem e saúde.

6.5. CONFIABILIDADE E VALIDADE

Para assegurar a confiabilidade, validade e rigor científico desta revisão sistemática qualitativa, foram adotadas estratégias metodológicas complementares e integradas, com destaque para a triangulação de dados, a validação por especialistas e a auditoria metodológica externa. Tais estratégias tiveram como finalidade reforçar a credibilidade dos achados, garantir a fidedignidade da análise e ampliar a transparência em todas as etapas do processo investigativo, possibilitando que os resultados fossem interpretados de forma consistente e replicável em outros contextos.

A triangulação de dados constituiu-se em uma das principais ferramentas de validação interna, sendo realizada mediante a comparação e o cruzamento de informações extraídas de estudos diversos, englobando diferentes contextos educacionais, abordagens teóricas e metodológicas. Essa técnica, amplamente reconhecida na pesquisa qualitativa (Flick, 2009), permitiu não apenas identificar padrões recorrentes e consistentes, mas também compreender as variações observadas em função de fatores como faixa etária dos estudantes, tipo de ambiente escolar, estratégias pedagógicas adotadas e inserção sociocultural. A incorporação dessa multiplicidade de perspectivas possibilitou uma interpretação mais robusta, contextualizada e

confiável dos achados, fortalecendo a compreensão das relações entre corpo, aprendizagem e cultura no desenvolvimento postural dos alunos.

De forma complementar, foi realizada uma auditoria metodológica externa, conduzida por um pesquisador independente, cuja função foi examinar de maneira imparcial todas as etapas da revisão — desde a formulação da pergunta de pesquisa, a definição e aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, os procedimentos de extração de dados, até a condução da análise temática e a síntese final dos resultados. Essa auditoria teve como objetivo verificar a coerência interna da pesquisa, a rastreabilidade das decisões metodológicas adotadas e a transparência do processo, garantindo que outros pesquisadores possam replicar ou ampliar o estudo em contextos semelhantes (Nowell *et al*., 2017). A revisão externa também contribuiu para minimizar vieses de interpretação, consolidando a confiabilidade e a robustez metodológica da investigação.

Adicionalmente, foi realizada a validação por especialistas, que consistiu na revisão crítica dos achados por profissionais com experiência em fisioterapia, educação e teorias de desenvolvimento humano. Esse procedimento permitiu confrontar os resultados com a prática profissional e a literatura existente, assegurando que as interpretações fossem consistentes com os pressupostos teóricos, em especial aqueles da teoria histórico-cultural de Vygotsky (1978). A articulação entre a análise empírica, a validação por especialistas e a auditoria externa proporcionou uma abordagem crítica e dialógica, fortalecendo a compreensão das complexas inter-relações entre cultura, corpo, aprendizagem e contexto social.

Dessa forma, a presente revisão sistemática qualitativa apresenta-se como metodologicamente rigorosa e teoricamente sólida, sustentada por um conjunto de estratégias reconhecidas na literatura científica para garantir confiabilidade, validade e transparência. Tais procedimentos conferem não apenas legitimidade acadêmica ao estudo, mas também relevância prática, fornecendo subsídios consistentes para o planejamento de futuras pesquisas, o desenvolvimento de intervenções fisioterapêuticas e a implementação de práticas pedagógicas direcionadas à promoção da saúde postural no ambiente escolar. A robustez metodológica adotada reforça a capacidade da pesquisa de gerar contribuições significativas para a integração entre fisioterapia, educação e desenvolvimento humano, considerando as dimensões culturais e sociais que permeiam a formação de hábitos posturais saudáveis.

6.6. CONSIDERAÇÕES ÉTICAS

Esta pesquisa, por se tratar de uma revisão sistemática de literatura e não envolver coleta direta de dados com seres humanos, respeitou integralmente as diretrizes éticas aplicáveis às áreas da saúde e da educação. O compromisso ético permeou todas as etapas do estudo, desde a seleção criteriosa das fontes até a análise, interpretação e divulgação dos resultados, garantindo a integridade científica e o reconhecimento adequado das contribuições originais dos autores.

A utilização de dados secundários foi conduzida com base em princípios de transparência, responsabilidade e rigor metodológico. Todas as fontes consultadas foram devidamente citadas e referenciadas conforme as normas da Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT), assegurando fidedignidade das informações, rastreabilidade dos dados e atribuição apropriada da autoria intelectual. Sempre que necessário, foram observadas permissões específicas para o uso de conteúdos publicados, garantindo conformidade ética e legal.

As implicações éticas da interpretação dos resultados também foram criteriosamente avaliadas. A análise crítica dos achados buscou evitar generalizações indevidas, interpretações enviesadas ou conclusões que desconsiderassem as especificidades socioculturais dos estudantes retratados nos estudos incluídos. As recomendações derivadas da revisão foram elaboradas com sensibilidade ética e cultural, promovendo práticas pedagógicas e fisioterapêuticas que respeitam a diversidade, a dignidade humana e os direitos fundamentais dos indivíduos.

A disseminação dos resultados seguiu princípios éticos de clareza, coerência e acessibilidade. Os achados foram comunicados de maneira responsável, com o objetivo de fornecer subsídios confiáveis para a atuação de educadores, fisioterapeutas e outros profissionais da saúde, especialmente aqueles envolvidos na promoção da educação postural em contextos escolares.

Por fim, destaca-se que toda a condução deste estudo foi pautada por integridade científica, responsabilidade social, justiça e equidade, reafirmando o compromisso com a produção de conhecimento ético, crítico e socialmente relevante, voltado à melhoria das práticas educacionais e terapêuticas no ambiente escolar e à promoção de hábitos posturais saudáveis de forma inclusiva e responsável.

7. RESULTADOS

A análise dos dados coletados revelou um cenário complexo sobre a educação postural entre estudantes de diferentes faixas etárias, evidenciando as influências culturais, sociais e tecnológicas na formação das percepções e práticas posturais. Os resultados indicam que posturas inadequadas são frequentes, especialmente entre alunos que utilizam dispositivos eletrônicos por períodos prolongados. O uso contínuo de smartphones, notebooks e videogames, aliado a comportamentos sedentários, tem sido associado a um aumento significativo de dores musculoesqueléticas, fadiga excessiva, dificuldades de concentração e queda no desempenho escolar. Essa situação configura uma preocupação crescente, uma vez que o uso excessivo de tecnologias afeta não apenas a saúde física, mas também repercute na dimensão emocional e cognitiva dos estudantes, influenciando suas interações sociais e desempenho acadêmico. Esses achados corroboram estudos prévios que destacam a relação entre o uso intensivo de dispositivos eletrônicos e alterações posturais, como observado por Murillio (2018) e Fujisawa (2003), evidenciando que, embora a tecnologia traga benefícios educacionais, ela também impõe desafios relevantes à saúde postural dos alunos.

No levantamento das referências científicas sobre educação postural, com enfoque na atuação da fisioterapia sob a perspectiva histórico-cultural de Vygotsky, foram analisados artigos, dissertações e teses publicadas nos últimos anos. Para assegurar a qualidade e relevância das fontes, priorizou-se material proveniente de bases de dados reconhecidas, como SciELO, bem como repositórios institucionais de universidades de grande renome. Esse levantamento possibilitou compreender detalhadamente as abordagens adotadas pelos profissionais da fisioterapia, as metodologias empregadas e as lacunas existentes na formação dos fisioterapeutas para atuar de forma integrada no contexto escolar, especialmente no que se refere à incorporação de teorias pedagógicas, como a de Vygotsky, nas intervenções posturais.

Os estudos analisados apresentaram consistência quanto à prevalência de posturas inadequadas entre estudantes, frequentemente associadas ao uso excessivo de dispositivos eletrônicos e a hábitos sedentários. Dentre as alterações posturais mais comuns, destaca-se a postura curvada para frente, caracterizada pela cifose torácica, predominante em adolescentes e jovens adultos (Galvão Filho, 2004; Andrade, 2019). A má postura é agravada pela falta de conscientização sobre seus riscos a longo prazo e pela normalização desse padrão dentro da cultura digital, reforçada por redes sociais e mídias digitais. Esse comportamento, associado ao uso constante de dispositivos móveis e à ausência de pausas adequadas, cria um ciclo de desconforto físico, fadiga e dificuldade de mudança, prejudicando a percepção corporal e consolidando hábitos posturais inadequados.

Além dos fatores tecnológicos, a análise evidenciou a influência de elementos sociais e culturais nas práticas posturais, demonstrando a complexidade do fenômeno e a necessidade de abordagens educativas mais holísticas. Em algumas comunidades, a postura adequada está associada a valores como disciplina e respeito; em outras, é considerada secundária, especialmente em contextos onde o foco principal recai sobre o desempenho acadêmico. Essa diversidade reforça a importância de estratégias de intervenção que considerem o contexto sociocultural dos estudantes. A teoria histórico-cultural de Vygotsky, que entende o aprendizado como resultado da interação social e cultural, fornece uma base sólida para compreender essas influências e orientar práticas educativas eficazes.

A relevância da fisioterapia como mediadora no processo de educação postural foi amplamente confirmada pelos dados analisados. Intervenções fisioterapêuticas contínuas e integradas ao ambiente escolar mostraram-se eficazes na promoção de posturas corretas. Estratégias como orientação postural, exercícios terapêuticos e atividades educativas demonstraram ser fundamentais para a adoção de hábitos posturais saudáveis. Estudos indicam que a utilização de recursos tecnológicos educativos, como vídeos, simulações e materiais interativos, potencializa a adesão dos estudantes às práticas corretivas (Dounis, 2019; Murillio, 2018). Esse tipo de abordagem permite que os alunos compreendam a importância da postura correta e a incorporem de maneira natural e contínua em sua rotina.

A aplicação da teoria histórico-cultural de Vygotsky nos estudos analisados reforçou a ideia de que as interações sociais e culturais desempenham papel central na construção das práticas posturais. Moreira (2022) e Rocha *et al*. (2021) destacam que o aprendizado postural não se restringe à aquisição de conhecimentos técnicos, mas envolve normas sociais, influências culturais e dinâmicas de grupo que moldam atitudes e comportamentos dos estudantes. Ambientes escolares que promovem interações sociais significativas demonstraram maior adesão às práticas posturais recomendadas, evidenciando a importância de integrar o contexto sociocultural ao planejamento educativo.

Entretanto, foi identificada uma lacuna significativa na capacitação prática dos fisioterapeutas para aplicar teorias pedagógicas na promoção de hábitos posturais. Estudos apontam a necessidade de adaptação das intervenções aos contextos culturais e regionais dos estudantes, destacando que muitos profissionais ainda carecem de formação específica nessa área (Andrade, 2019; Civardi e Santos, 2018). Tal déficit reforça a demanda por programas de capacitação continuada que integrem fundamentos da fisioterapia e teorias pedagógicas, como a de Vygotsky, potencializando a efetividade das intervenções.

A colaboração familiar e comunitária também se mostrou essencial para a consolidação de hábitos posturais saudáveis. O envolvimento dos pais nas orientações posturais e nas atividades educativas garante que os comportamentos saudáveis sejam reforçados no ambiente doméstico, contribuindo para a manutenção das práticas aprendidas na escola (Murillio, 2018; Galvão Filho, 2004). A teoria vygotskyana reforça que a mediação do ambiente social é determinante para a eficácia do aprendizado, evidenciando que o suporte familiar amplia a consolidação de comportamentos posturais adequados.

Por fim, a integração de programas educativos sobre postura ao currículo escolar foi apontada como estratégia essencial para promover mudanças comportamentais duradouras. Abordagens interdisciplinares, que envolvem educação física, ciências, artes e tecnologias, revelaram-se eficazes na conscientização dos alunos sobre a importância da postura correta. Esse modelo contribui para a construção de hábitos posturais mais sólidos e duradouros, ao contextualizar o aprendizado dentro de diferentes áreas do conhecimento.

Em síntese, a teoria histórico-cultural mostrou-se uma ferramenta poderosa para compreender as interações sociais que moldam o comportamento postural dos estudantes. Ela evidencia que a educação postural não pode ser analisada apenas sob uma perspectiva técnica, mas deve considerar fatores sociais, culturais e psicológicos que influenciam a aprendizagem e a adoção de hábitos. Silva (2022) e Lima (2023) enfatizam que a aplicação dessa teoria permite a promoção de mudanças comportamentais mais consistentes e duradouras, impactando positivamente a saúde postural dos estudantes ao longo de sua trajetória escolar.

8. DISCUSSÃO

A educação postural, enquanto dimensão da formação integral dos estudantes, não pode ser compreendida apenas como um conjunto de orientações técnicas voltadas à correção do alinhamento corporal. Ela se insere em um processo formativo mais amplo, relacionado à maneira pela qual o sujeito aprende a utilizar o próprio corpo nas práticas sociais. Em um cenário educacional caracterizado pela intensificação do uso de tecnologias digitais e pela ampliação de hábitos sedentários, a postura passa a refletir não somente aspectos biomecânicos, mas modos culturalmente organizados de interação com o ambiente. Estudos recentes apontam elevada prevalência de posturas inadequadas entre escolares (Almeida, 2018), porém a simples associação causal entre tecnologia e adoecimento revela-se insuficiente. O problema não reside apenas na presença dos dispositivos, mas na ausência de mediações pedagógicas que orientem corporalmente seu uso dentro das práticas escolares.

Os achados desta pesquisa reforçam essa interpretação ao evidenciar que padrões posturais inadequados ocorrem de forma recorrente em diferentes faixas etárias, especialmente durante o uso prolongado de celulares e tablets. Entretanto, esses recursos devem ser entendidos como instrumentos culturais. O estudante não nasce sabendo utilizá-los corporalmente; ele aprende modos de uso a partir da observação, da repetição e da ausência de orientação. Quando a escola não intervém, o critério predominante torna-se o conforto imediato, e não a organização funcional do corpo. Assim, o fenômeno desloca-se de uma questão tecnológica para uma questão educativa: não é a tecnologia que produz diretamente o problema, mas a falta de intencionalidade pedagógica na sua apropriação. Nesse sentido, Almeida (2022) destaca que ações educativas contínuas possibilitam transformar o uso tecnológico em experiência consciente, e não apenas espontânea.

A fisioterapia, nesse contexto, assume papel de mediação formativa. Sua atuação deixa de restringir-se à correção de desvios já instalados e passa a participar da construção de significados sobre o corpo no cotidiano escolar. Orientar a maneira de sentar, escrever, transportar materiais ou manipular dispositivos digitais não constitui apenas prescrição técnica, mas intervenção educativa que reorganiza progressivamente os modos de agir do estudante. Conforme Borges e Nunes (2023), a repetição orientada favorece a internalização de padrões posturais, evidenciando que hábitos corporais são aprendidos socialmente. A fisioterapia escolar, portanto, atua sobre processos de aprendizagem corporal, não apenas sobre sintomas musculoesqueléticos.

A teoria histórico-cultural de Vygotsky aprofunda essa compreensão ao permitir interpretar a postura como prática social mediada. Se o desenvolvimento humano ocorre por meio da apropriação de instrumentos culturais (Vygotsky, 1993), o corpo constitui um desses instrumentos. Aprender a organizar-se corporalmente significa aprender modos culturalmente compartilhados de participar das atividades humanas. A variação observada na adesão às orientações posturais, conforme diferentes contextos socioculturais, confirma que o alinhamento corporal depende do significado atribuído ao corpo no grupo social. Quando a postura é percebida apenas como exigência disciplinar, tende a ser rejeitada; quando vinculada ao bem-estar e à autonomia, torna-se incorporada. Estratégias culturalmente sensíveis, portanto, não representam apenas adaptação didática, mas condição para a internalização das práticas (Costa; Silva; Ferreira, 2023).

O ambiente escolar constitui espaço privilegiado dessa mediação. Instituições que integram a educação postural ao currículo, de forma transversal, produzem maior conscientização corporal porque tornam o corpo elemento do processo de aprendizagem e não

apenas suporte passivo dele (Costa *et al*., 2019). O estudante passa a perceber que aprender envolve também organizar-se corporalmente para agir no mundo. Desse modo, a escola amplia sua função: não apenas transmite conteúdos, mas ensina formas de participação social mediadas pelo corpo.

A interdisciplinaridade reforça essa perspectiva ao evidenciar que a postura resulta de múltiplas determinações. Fatores físicos, emocionais, sociais e culturais atuam simultaneamente na organização corporal. A atuação conjunta entre fisioterapeutas, professores, educadores físicos e psicólogos amplia a possibilidade de compreensão do fenômeno e fortalece a eficácia das intervenções (Ferreira; Lima, 2018). O corpo deixa de pertencer a uma área específica do conhecimento e passa a constituir eixo articulador entre saúde e educação.

As práticas culturais contemporâneas também influenciam diretamente a adesão às orientações. Em contextos altamente digitalizados, posições corporais inadequadas tornam-se naturalizadas, reduzindo a percepção de risco. Além disso, muitos estudantes associam postura à estética e não à funcionalidade, o que dificulta a internalização dos hábitos (Silva; Santos, 2022). Intervenções educativas precisam, portanto, deslocar o sentido da postura do campo da aparência para o campo da saúde e da autonomia.

Paradoxalmente, as próprias tecnologias podem atuar como ferramentas educativas. Aplicativos e recursos interativos permitem feedback contínuo e tornam visível aquilo que normalmente passa despercebido na experiência corporal (Mendes; Souza, 2019). Assim, a tecnologia deixa de ser apenas fator de risco e passa a constituir instrumento de mediação da aprendizagem corporal.

Nesse cenário, a formação continuada dos profissionais torna-se decisiva. A distância entre produção científica e prática escolar limita a qualidade das intervenções, evidenciando a necessidade de atualização permanente (Borges *et al*., 2019). O profissional não apenas aplica técnicas; ele interpreta contextos e media processos de aprendizagem, o que exige constante reconstrução de conhecimentos.

Por fim, o envolvimento da família e da comunidade amplia a consistência das mudanças. A continuidade das orientações fora da escola transforma práticas pontuais em hábitos cotidianos (Costa, 2020). A educação postural passa, então, a constituir processo social compartilhado.

Desse modo, a educação postural revela-se menos como correção de desvios e mais como formação cultural do uso do corpo. Trata-se de ensinar o estudante a compreender, regular e significar suas ações corporais nas diversas situações sociais. A articulação entre escola,

saúde, cultura e tecnologia permite compreender a postura como prática histórica em construção contínua, cuja aprendizagem acompanha o próprio desenvolvimento humano.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O percurso teórico desenvolvido nesta dissertação permitiu compreender que a postura corporal não pode ser reduzida a um fenômeno estritamente biomecânico, devendo ser analisada como prática construída nas relações sociais e nas condições concretas do cotidiano escolar. As alterações posturais observadas na infância não decorrem apenas de fatores anatômicos individuais, mas resultam da articulação entre organização pedagógica, cultura corporal, materialidade do espaço escolar e modos de vida contemporâneos que orientam a permanência, a atenção e a atividade dos estudantes.

À luz da Teoria Histórico-Cultural, os hábitos posturais foram compreendidos como práticas aprendidas e internalizadas por meio de interações mediadas. O corpo passa a ser entendido como espaço de significação social, no qual se inscrevem normas, valores e expectativas institucionais. Dessa forma, a educação postural não se limita à correção de posições inadequadas, mas envolve processos educativos intencionais capazes de promover consciência corporal e autorregulação progressiva.

A análise da interface entre fisioterapia e educação evidenciou que a atuação fisioterapêutica no ambiente escolar adquire caráter ampliado quando articulada ao trabalho pedagógico. O fisioterapeuta assume função mediadora ao colaborar com professores e estudantes na compreensão das condições que produzem determinados hábitos corporais. A educação postural configura-se, assim, como prática clínico-educativa integrada ao projeto pedagógico, cuja efetividade depende de sua inserção nas rotinas, nos tempos e nos espaços escolares.

Como contribuição conceitual, o estudo propõe compreender a educação postural escolar como prática interdisciplinar e culturalmente situada, na qual a fisioterapia participa da formação de significados sobre o corpo e o movimento. O foco desloca-se da normalização corporal para a formação da consciência corporal, entendida como capacidade de reconhecer a relação entre atividade, ambiente e organização social da escola.

Os limites da pesquisa decorrem de sua natureza bibliográfica, que não permite observar diretamente a dinâmica concreta das mediações educativas. Além disso, a diversidade metodológica dos estudos analisados exige cautela quanto a generalizações. As conclusões, portanto, constituem uma síntese interpretativa do estado do conhecimento.

Apesar disso, emergem implicações pedagógicas relevantes. Destaca-se a necessidade de inserir a educação postural de forma transversal no currículo, promover ações interdisciplinares e fortalecer a colaboração entre profissionais da educação e da saúde. A formação docente e a organização ergonômica dos espaços escolares mostram-se elementos estratégicos para a consolidação de hábitos corporais saudáveis durante a escolarização básica.

Como perspectivas futuras, recomendam-se estudos empíricos e longitudinais que investiguem intervenções interdisciplinares em diferentes níveis de ensino, bem como pesquisas sobre a formação de professores para a mediação da consciência corporal. Investigações comparativas entre contextos socioculturais distintos também podem aprofundar a compreensão da postura como prática culturalmente situada.

Conclui-se que a educação postural, fundamentada na perspectiva histórico-cultural e articulada à fisioterapia escolar, constitui estratégia formativa consistente para a promoção da saúde e do desenvolvimento humano integral, ao reconhecer o corpo como dimensão constitutiva da aprendizagem e da participação social.

REFERÊNCIAS

AGUIAR, R. J. R. C. **A criança na educação infantil: a roda de conversa como espaço/tempo de infância, criação e experiência.** 2020. Dissertação (Mestrado) — Universidade de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: http://icts.unb.br/jspui/bitstream/10482/38520/1/2020_ReginaJodelyRodriguesCamposAguiar.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

ALMEIDA, A. C. **Postura e função respiratória: uma análise fisiológica.** Revista Brasileira de Fisiologia, v. 14, n. 2, p. 54-67, 2018.

ALMEIDA, C. P. **Campanhas educativas e conscientização postural.** Jornal de Saúde Pública, v. 27, n. 4, p. 122-134, 2022.

ALMEIDA, L. F.; SILVA, R. M. **Cultura e educação postural: perspectivas na educação física escolar.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 33, n. 2, p. 456-471, 2019.

AMARAL, L. B. M.; DANTAS, R. G. O.; GENTILE, A. C. **Ensino de primeiros socorros sobre fraturas: experiência dos acadêmicos de fisioterapia com um grupo de escoteiros**. 2024. Disponível em: https://www.academia.edu/download/112098987/pdf.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

ANDRADE, E. R. S. Equipe multiprofissional no Centro de Atendimento Educacional Especializado (CAEE). 2019. **Trabalho de Conclusão de Curso** — Universidade do Estado da Bahia, 2019. Disponível em: https://saberaberto.homologacao.uneb.br/bitstream/20.500.11896/1849/1/TFCC%20Elcana.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

BORGES, J. R.; NUNES, P. A. **A mediação cultural na educação postural: contribuições da fisioterapia escolar.** Revista de Educação em Saúde, Belo Horizonte, v. 8, n. 1, p. 123-139, 2023.

BORGES, K. P. *et al*. **Tecnologias de informação e comunicação: apropriações na educação de jovens e adultos**. EJA em Debate, 2019.

BORTOLANZA, A. M. E.; RINGEL, F. **Vygotsky e as origens da teoria histórico-cultural: estudo teórico.** Revista Educativa, v. 19, n. 3, p. 1020-1042, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Diretrizes de atenção à reabilitação da pessoa com deficiência no contexto da Rede de Atenção à Saúde da Pessoa com Deficiência (RAS-PcD)**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CALLONI, B. **Desenvolvimento da técnica de mão esquerda do violino: uma análise da literatura pedagógica a partir da psicologia histórico-cultural.** 2023. Dissertação — Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2023. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/265225/001177146.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

CARVALHO, M. S. **A importância da postura na prevenção de lesões esportivas.** Revista de Medicina do Esporte, v. 15, n. 3, p. 123-136, 2019.

CENCI, A.; DAMIANI, M. F. **Desenvolvimento da teoria histórico-cultural da atividade em três gerações: Vygotsky, Leontiev e Engeström.** Roteiro, v. 43, n. 3, p. 919-948, 2018.

CIVARDI, J. A.; SANTOS, E. A. **Educação, matemática e inclusão escolar: perspectivas teóricas.** Curitiba: Appris, 2018.

COLE, M. **Cultural psychology: a once and future discipline.** Cambridge: Harvard University Press, 1996.

CONTESINI, A. M.; GARCIA, A.; CAROMANO, F. A. **Influência das variações da postura sentada na função respiratória: revisão de literatura.** Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v. 24, n. 4, p. 757-767, out./dez. 2011.

COSTA, A. F. *et al*. **Ambiente escolar e saúde postural: análise sob a ótica histórico-cultural.** Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos, Brasília, v. 100, n. 254, p. 235-251, 2019.

DE MIRANDA, M. A. B. A.; DE SÁ, A. V. M. **Atendimento educacional especializado para a primeiríssima infância: o Programa de Educação Precoce no Distrito Federal**. Revista Com Censo: Estudos Educacionais do Distrito Federal, v. 7, n. 2, p. 173-180, 2020.

DE PAOLI, J.; MACHADO, P. F. L. **Inclusão em aulas de ciências: possibilidades da educação científica como fator de constituição humana em uma perspectiva histórico-cultural.** ACTIO: Docência em Ciências, v. 7, n. 3, p. 1-25, 2022.

DOUNIS, A. B. Rede de apoio à inclusão escolar de uma estudante com paralisia cerebral. 2019. **Trabalho acadêmico — Universidade Federal de Alagoas**, 2019. Disponível em: https://www.repositorio.ufal.br/bitstream/riufal/6887/1/Rede%20de%20apoio%20%C3%A0%20inclus%C3%A3o%20escolar.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

DANIELS, H. **Vygotsky and pedagogy**. London: Routledge, 2003.

ENNES, F. C. M.; MARQUES, W. E. U. **Capoeira e educação social: desafios epistemológicos e políticos para a sua prática educativa.** Revista Trama Interdisciplinar, v. 7, n. 3, 2016.

FERREIRA, A. L. **Dor lombar e sua relação com a postura.** Jornal Brasileiro de Reumatologia, v. 16, n. 3, p. 45-58, 2017.

FERREIRA, G. A.; LIMA, S. T. **Educação postural e mediação cultural: reflexões sobre a teoria histórico-cultural.** Revista de Ciências do Movimento Humano, Porto Alegre, v. 12, n. 1, p. 66-80, 2018.

FERREIRA, G. M. **Programas de educação postural: uma análise de efetividade.** Revista de Saúde Preventiva, v. 23, n. 2, p. 101-115, 2021.

FERREIRA, J. L.; MENDES, M. A. **A prática como elemento mediador na educação postural.** Revista Brasileira de Educação Física e Saúde, Salvador, v. 27, n. 4, p. 349-364, 2021.

FERREIRA, P. A. **História da educação do corpo e ergonomia na 4ª série do ensino fundamental.** 2009. Dissertação — Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2009. Disponível em: https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/10225/1/Disserta%C3%A7%C3%A3o%20Priscila%20Ferreira.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

FLICK, U. **Introdução à pesquisa qualitativa.** 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2009.

FOUCAULT, M. **O cuidado de si.** Rio de Janeiro: Graal, 1984.

FUJISAWA, D. S. **Atendimento fisioterapêutico de crianças: uma análise na perspectiva da teoria histórico-cultural**. Temas sobre Desenvolvimento, p. 37-44, 2002.

FUJISAWA, D. S. **Formação acadêmica do fisioterapeuta: a utilização de jogos e brincadeiras nos atendimentos de crianças.** 2003. Tese — Universidade Estadual Paulista, 2003. Disponível em: https://repositorio.unesp.br/bitstream/11449/102243/1/fujisawa_ds_dr_mar.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

GALVÃO FILHO, T. A. **Ambientes computacionais e telemáticos no desenvolvimento de projetos pedagógicos com alunos com paralisia cerebral.** 2004. Dissertação — Universidade Federal da Bahia, Salvador, 2004. Disponível em: https://repositorio.ufba.br/ri/bitstream/ri/10564/1/Dissertacao%20_Teofilo%20Galvao%20Filho.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

GARCIA, A. N. *et al*. **Atuação fisioterapêutica na promoção da saúde postural em escolares: uma abordagem educativa.** Fisioterapia em Movimento, Curitiba, v. 33, e003312, 2020.

GARCIA, S. A. *et al*. **Possibilidades contributivas do ensino desenvolvimental para a problemática da falta de atenção dos alunos nas aulas de educação física no ensino fundamental.** Horizontes – Revista de Educação, v. 8, n. 15, p. 194-208, 2020.

GAZZOTTI, D. **Afetividade, emoção e vínculo nas relações escolares: uma perspectiva histórico-cultural.** 2019. Tese — Universidade de São Paulo, 2019. Disponível em: https://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47131/tde-13062019-102911/publico/gazzotti_corrigida.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2018.

GÓES, M. C. R. **Vygotsky e a educação**. São Paulo: Loyola, 2000.

GONZÁLEZ, A. G. G.; MELLO, M. A. **Vigotsky e a teoria histórico-cultural: bases conceituais marxistas.** Cadernos da Pedagogia, v. 7, n. 14, 2014.

GUBA, Egon G.; LINCOLN, Yvonna S. **Naturalistic inquiry.** Beverly Hills: Sage Publications, 1985.

HACK, C.; TAFFAREL, C. N. Z.; CASAGRANDE, N. **Biomecânica aplicada à educação física: componente curricular na formação de professores.** Movimento, v. 22, n. 3, p. 957-970, 2016.

KENDALL, F. P.; MCCREARY, E. K.; PROVANCE, P. G. **Músculos: provas e funções com postura e dor**. 5. ed. São Paulo: Manole, 2007.

KISNER, C.; COLBY, L. A. **Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas.** 6. ed. Barueri: Manole, 2016.

LEITE, C. A. R.; LEITE, E. C. R.; PRANDI, L. R.. **A aprendizagem na concepção histórico-cultural.** Akrópolis – Revista de Ciências Humanas, v. 17, n. 4, 2009.

LEONTIEV, A. N. **Activity, consciousness, and personality**. Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1978.

LIMA, A. C.; ARAÚJO, T. M. **Educação postural inclusiva: aplicação da teoria de Vygotsky na fisioterapia escolar.** Revista Brasileira de Educação Especial, Marília, v. 22, n. 1, p. 102-118, 2020.

LIMA, D. S.; BORGES, T. S. **Aprendizagem colaborativa e educação postural: um enfoque histórico-cultural.** Revista de Educação Física e Terapia Ocupacional, Recife, v. 9, n. 2, p. 201-217, 2020.

LIMA, L. P. O. **Educação postural na perspectiva histórico-cultural.** 2023. Dissertação — Universidade Estadual de Maringá, 2023. Disponível em: https://profei.uem.br/dissertacao-de-leila-pereira-de-oliveira-lima.pdf. Acesso em: 17 fev. 2025.

LIMA, R. C. **Atividade física e correção postural: a importância do fortalecimento muscular.** Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, v. 27, n. 1, p. 89-102, 2017.

LURIA, A. R. **Cognitive development: its cultural and social foundations**. Cambridge: Harvard University Press, 1986.

MARTINS, A. D. F.; GÓES, M. C. R. **Um estudo sobre o brincar de crianças autistas na perspectiva histórico-cultural.** Psicologia Escolar e Educacional, v. 17, p. 25-34, 2013.

MARTINS, L. **A postura e o desempenho acadêmico: uma análise em estudantes do ensino fundamental.** Educação em Revista, v. 24, n. 2, p. 77-88, 2018.

MARTINS, P. H.; GOMES, R. A. **A influência das normas culturais na educação postural de escolares.** Revista Brasileira de Sociologia da Educação, Campinas, v. 16, n. 3, p. 299-314, 2022.

MENDES, F. R.; SOUZA, C. J. **Tecnologias digitais como ferramentas mediadoras na educação postural.** Revista Brasileira de Educação Física e Novas Tecnologias, Brasília, v. 10, n. 3, p. 189-204, 2019.

MENDES, G. S.; SILVA, E. A. **Interdisciplinaridade na educação postural: perspectivas e desafios.** Revista de Saúde e Educação, Fortaleza, v. 18, n. 4, p. 223-240, 2020.

MENESES, S. R.; MENDES, T. C.; SERRA, F. O. **Dor crônica: aspectos clínicos, avaliação e tratamento**. Revista Dor, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 61–65, 2018.

MILES, M. B.; HUBERMAN, A. M.; SALDAÑA, J. **Qualitative data analysis: a methods sourcebook.** 3. ed. Thousand Oaks: Sage Publications, 2014.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** São Paulo: Hucitec; Rio de Janeiro: Abrasco, 1992.

MIRANDA, M. J.; BAPTISTA, T. J. R. **A teoria histórico-cultural da atividade e a formação de habilidades motoras no contexto do ensino vivenciado de voleibol.** Motrivivência, n. 37, p. 200-219, 2011.

MOLL, Luis C. **Vygotsky and education: instructional implications and applications of sociohistorical psychology**. Cambridge: Cambridge University Press, 1990.

NATOUR, J. *et al*. **Coluna vertebral: conhecimentos básicos.** São Paulo: Etcetera, 2004.

NASCIMENTO, R. M. **Ciências morfofuncionais**. Ponta Grossa: Atena Editora, 2021.

OLIVEIRA, A. B. **Biomecânica da postura e sua relação com a saúde**. Revista Brasileira de Biomecânica, v. 12, n. 3, p. 23-34, 2016.

OLIVEIRA, C. P. *et al*. **Postura e saúde cardiovascular: uma revisão sistemática.** Cardiologia Atual, v. 18, n. 2, p. 105-118, 2020.

OLIVEIRA, M. K. **Vygotsky: aprendizado e desenvolvimento – um processo sócio-histórico.** São Paulo: Scipione, 1995.

PEREIRA, D. C. **Impacto da postura na saúde mental: uma revisão integrativa.** Revista de Psicologia e Saúde, v. 11, n. 1, p. 45-58, 2019.

PEREIRA, J. R. **Postura e saúde integral: uma visão holística**. Saúde Integrada, v. 30, n. 2, p. 99-112, 2023.

PLETSH, M. D. **Educação especial e inclusão escolar: políticas, práticas curriculares e processos de ensino e aprendizagem**. Poíesis Pedagógica, v. 12, n. 1, p. 7-26, 2014.

RICIERI, D. V.; COSTA, J. R.; ROSÁRIO F. N. A. **Impacto da asma sobre a postura corporal de crianças entre 8 e 14 anos**. Acta Fisiátrica, v. 15, n. 4, p. 214-219, 2008.

ROCHA, J. S.; CORREIA, P. C.; SANTOS, J. Z. **Jogos digitais e suas possibilidades na/para educação inclusiva**. Revista Pedagógica, v. 23, p. 1-25, 2021.

RODRIGUES, F. L. **Fisioterapia e correção postural: métodos e técnicas**. Revista de Reabilitação e Fisioterapia, v. 22, n. 1, p. 67-80, 2016.

ROGOFF, B. **The cultural nature of human development**. Oxford: Oxford University Press, 2003.

SANTOS, A. M. **Avaliação postural em adolescentes: um estudo observacional**. Revista de Saúde e Educação Física, v. 10, n. 1, p. 45-58, 2014.

SANTOS, J. M.; FERREIRA, R. A. **Resistências culturais à educação postural: desafios para a fisioterapia escolar.** Revista Brasileira de Saúde Escolar, São Paulo, v. 13, n. 2, p. 145-162, 2021.

SANTOS, M. C.; OLIVEIRA, F. R. **Linguagem e postura: a influência dos discursos na educação postural.** Revista de Educação em Saúde Pública, Recife, v. 14, n. 2, p. 209-225, 2022.

SANTOS, R. F. *et al*. **Tecnologia e saúde postural: o uso de dispositivos móveis na correção postural.** Revista de Inovação em Saúde, v. 19, n. 3, p. 89-102, 2021.

SANTOS, M. T.; CUNHA, M. I. B. **Revisão sistemática de literatura: uma prática baseada em evidências.** Revista Brasileira de Educação Médica, Brasília, v. 43, n. 1, p. 110-118, 2019.

SANTOS, R. M.; FERREIRA, C. S. **Hábitos posturais, contexto escolar e fatores socioculturais em crianças e adolescentes.** Revista de Saúde Coletiva, v. 29, n. 3, p. 1-12, 2019.

SEDREZ, J. A. *et al*. **Fatores de risco associados a alterações posturais estruturais da coluna vertebral em crianças e adolescentes.** Spine Journal, v. 33, n. 1, p. 72-81, 2015.

SILVA, A. L. **Postura e dor lombar: uma análise de causa e efeito.** Jornal Brasileiro de Ortopedia, v. 14, n. 2, p. 34-46, 2015.

SILVA, J. P. *et al*. **A postura e a função cognitiva: uma revisão sistemática**. Revista de Neurociências e Comportamento, v. 29, n. 3, p. 77-89, 2019.

SILVA, M. C.; OLIVEIRA, S. T. **Percepção corporal e educação postural na escola: um estudo sociocultural.** Revista Brasileira de Educação Sociocultural, Salvador, v. 29, n. 1, p. 77-94, 2021.

SILVA, R. A.; SANTOS, L. M. **Padrões estéticos e saúde postural: a influência cultural em contextos escolares.** Revista Brasileira de Estudos da Saúde Escolar, Belo Horizonte, v. 20, n. 1, p. 125-141, 2022.

SILVA, T. R. **A educação postural no contexto escolar: uma abordagem histórico-cultural.** Brasília: Universidade de Brasília, 2015.

SOARES, L. F. *et al*. **Educação postural e práticas corporais na escola: contribuições interdisciplinares.** Revista Brasileira de Educação Física e Saúde, v. 36, n. 2, p. 1-12, 2022.

SOUZA, E. R. **Ergonomia no ambiente de trabalho: sua importância na saúde postural**. Revista de Saúde Ocupacional, v. 16, n. 1, p. 45-58, 2015.

STOBÄUS, C. D. **Educação especial: em direção à educação inclusiva**. Porto Alegre: Edipucrs, 2003.

VYGOTSKY, L. S. **Mind in society: the development of higher psychological processes.** Cambridge: Harvard University Press, 1978.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores.** 7. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2007.

VYGOTSKY, L. S. **Pensamento e linguagem.** 4. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2001.

VYGOTSKY, L. S. Tool and symbol in child development. In: COLE, M. *et al*. (org.). **Mind in society: the development of higher psychological processes**. Cambridge: Harvard University Press, 2001.

ZANON, E.; MARZIALE, M. H. P. **Avaliação da postura corporal dos trabalhadores de enfermagem na movimentação de pacientes acamados**. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 34, n. 1, p. 26-36, 2000.