

**696 - AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE PARTICIPANTES DE UM PROGRAMA DE POSTURA**

- Nathalia ulicres Savain (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Celia Aparecida STELLUTTI PACHIONI (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Jussara de Castro (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Aline Yoshie Aoyama (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Vanessa Tiemi Haro (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente), Ariane Pavia (Faculdade de Ciências e Tecnologia, UNESP, Presidente Prudente) - [natysavian@hotmail.com](mailto:natysavian@hotmail.com)

**Introdução:** A postura correta é a posição na qual um mínimo estresse é aplicado em cada articulação sendo necessária a mínima atividade muscular. O trabalho em grupo para a reeducação postural pode ser uma opção de tratamento que envolve a consciência postural, a reeducação respiratória, a flexibilidade, o relaxamento, o equilíbrio, a coordenação, a propriocepção e a socialização. A prática de exercícios em grupo pode facilitar a evolução do sujeito, pelo compromisso com os outros sujeitos do grupo, apoio social, relação pessoal e descontração. Assim como a avaliação postural, a qualidade de vida das pessoas também deve ser investigada e esta tem sido cada vez mais utilizada na área da saúde. Qualidade de vida pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera como um padrão de conforto e bem estar, é uma noção subjetiva própria do ser humano que está associada diretamente ao grau de satisfação encontrado nas relações sociais, ambientais, familiares e amorosas. **Objetivos:** Avaliar a qualidade de vida (QV) dos participantes de um programa postural em grupo. **Métodos:** Participaram do estudo 11 sujeitos de ambos os sexos, com idade variando de 20 a 55 anos que participam do Projeto de Extensão intitulado: Programa de orientação e reequilíbrio postural em grupo. Estes sujeitos foram avaliados pelo questionário SF-36 (Medical Outcomes Study 36 – Item Short-Form Health Survey) que é um questionário para avaliação de QV, de fácil aplicação e compreensão. Formado por 36 itens, reunidos em 8 dimensões: capacidade funcional (CF) (10 itens), limitações causadas por problemas da saúde física (AF) (quatro itens), limitações causadas por problemas da saúde emocional (AE) (três itens), funcionamento social (AS) (dois itens), saúde mental (SM) (cinco itens), dor (D) (dois itens), vitalidade (V) (energia/fadiga), (quatro itens), percepções da saúde gerais (EG) (cinco itens) e estado de saúde atual comparado há um ano atrás (um item), que é computado à parte. Este questionário possui uma escala de 0 a 100, onde 0 é correspondente ao pior estado geral de saúde e 100 o melhor. A aplicação do questionário foi feita individualmente com cada participante do programa. **Resultados:** De acordo com os resultados apresentados pelos sujeitos detectamos que os scores dos domínios: D, SM e EG indicam a maior porcentagem (91%) de pessoas acima da média calculada, em seguida estão os domínios CF, V, AE com 81,82%. As piores scores foram os domínios AS e AF com 72,73% e 63,64%, respectivamente. **Conclusão:** Portanto, o grupo estudado apresenta um padrão de qualidade de vida acima da média e os aspectos dos domínios com piores scores são trabalhados nas sessões do grupo, assim podemos inferir que estes poderão ser modificados ao longo do programa