Universidade de São Paulo
Faculdade de Saúde Pública

**O universo contraditório dos cuidados posturais em
crianças: representações sociais de profissionais de saúde,
professores, funcionários, familiares e alunos em torno da
postura humana**
ANEXOS

Maria Elisabete Guazzelli

Tese apresentada ao Programa de Pós Graduação
em Saúde Pública para obtenção do título de
Doutor em Saúde Pública.

Área de Concentração: Serviços de Saúde

Orientadora: Profa. Dra. Isabel Maria Teixeira
Bicudo Pereira

São Paulo

2005

**O universo contraditório dos cuidados posturais em
crianças: representações sociais de profissionais de saúde,
professores, funcionários, familiares e alunos em torno da
postura humana**

Anexos

Maria Elisabete Guazzelli

Tese apresentada ao Programa de Pós
Graduação em Saúde Pública para obtenção
do título de Doutor em Saúde Pública.

Área de Concentração: Serviços de Saúde

Orientadora: Profª. Dra. Isabel Maria
Teixeira Bicudo Pereira

São Paulo

2005

ANEXO 1

A melhor auto-ajuda:

postura pe

Cabeça para cima e costas eretas são os primeiros passos para a elegância — e ainda têm efeito rejuvenescedor

MÔNICA SALGADO

Existem dotes estéticos que só a natureza pode dar: altura imponente, quadris de diâmetro ameno, olhos cor do mar. Outros, o cirurgião ajuda — nariz correto e seios idem, por exemplo. Por si mesmas, as pessoas podem fazer duas coisas. A primeira é controlar o peso. A

segunda, conquistar uma postura correta. Ambas exigem disciplina, mas os resultados são compensadores. Basta ver as fotos que ilustram estas páginas. A imperatriz Michiko, do Japão, é baixinha, tem traços comuns e está perto de completar 70 anos. Wallis Simpson, a lendária duquesa de Windsor, media menos de 1,50 metro, nunca se encaixou nos padrões clássicos de beleza (a bem da verdade, era feia mesmo) e ninguém entendia por que um rei, o tio de Elizabeth II, renun-

"SHISEI"

A perfeição oriental da imperatriz Michiko: "Não dá para imaginar alguém fazendo algo bem-feito com o corpo curvado e torto"

rfeita

ciou ao trono da Inglaterra para ficar com ela. Apesar dos títulos, a origem de ambas é plebéia. Cada qual à sua maneira e época, porém, se transformou em paradigma de elegância e classe. O que elas têm de especial? Acima de tudo, costas eretas. E abdômen contraído, quadris encaixados, andar suave, as mãos sempre no lugar certo. Em resumo: postura, porte, pose.

As crianças japonesas aprendem isso desde cedo. A massagista e especialista em RPG Luiza Sato lembra-se da época em que, menina, quando morava no Japão, via a professora andar pela sala de aula brandindo uma régua nas costas dos alunos. "Ela cutucava todos nós e dizia: 'Shisei!' (postura)", recorda. A coluna reta é uma espécie de marca registrada dos orientais porque, mais do que à elegância, ela está associada à capacidade de concentração, que, para os japoneses, é fundamental em qualquer tarefa, do estudo à meditação. "Não dá para imaginar alguém fazendo algo bem-feito com o corpo curvado e torto", diz Luiza.

No Ocidente, expressões como "pose de bailarina" ou "porte de princesa" também exprimem os anos de disciplina necessários para aprender — ou reaprender — a dominar a coluna vertebral. As traições cometidas por ela são fruto de dois fa-

tores: a evolução da espécie e a civilização. No primeiro caso, credita-se à excepcional transformação de nossos ancestrais em bípedes a dificuldade das castigadas colunas humanas para segurar corpos originalmente projetados para andar sobre quatro patas. No segundo, empilham-se os efeitos de vidas inteiras passadas dentro de carros, assistindo a televisão, à frente de computa-

FRANK SPORNBERG/AGFAMA

PEQUENA DUQUESA

Com menos de 1,50 metro mas muita pose, Wallis Simpson fez um rei renunciar ao trono: sempre entre as mais elegantes

dores e em outras posições antinaturais. Em princípio, qualquer tipo de exercício físico redundará em benefícios para a postura. Basta ver praticantes realmente dedicados de ioga — duas sessões por semana não valem — para constatar a graça que o exercício confere. Métodos disseminados como o RPG (reeducação postural global), pilates e rolfing incluem exercícios específicos para aprimorar o porte. “São indicados tanto para quem tem problemas de saúde com a coluna, como para quem busca benefícios estéticos”, diz a professora doutora de fisioterapia da Universidade de São Paulo, Amélia Marques (veja ao lado mais conselhos de especialistas).

Além de conferir elegância, a boa postura tem um efeito “rejuvenescedor” mais forte do que muito Botox. Wallis Simpson era gananciosa, manipuladora e, no fim, completamente decadente. Mas entrou de cabeça erguida num jogo de apostas altíssimas, quando o futuro rei se apaixonou por ela, e de cabeça erguida atravessou crises sucessivas, figurando até idade avançada nas listas das mais elegantes do mundo. “Nunca é demais ser rica e ser magra”, dizia, na frase famosa. Postura, como se vê, é também uma questão de atitude mental. Quem olha o mundo de frente não precisa de grandes recursos para manter a pose. A apresentadora Glória Maria, com pouco mais de 1,60 metro e idade imencionável, é mestre em causar impacto com sua postura de dançarina de flamenco. Deve-a a uma herança singela. “Meu pai era alfaiate e me usava como manequim”, conta. “Por isso, desde criança aprendi a manter a coluna certa.”

ANDANDO NAS NUVENS

Especialistas dão dicas de como conquistar uma postura de primeira-bailarina

Modelos e aspirantes à carreira ouvem o conselho o tempo todo: ao andar, imagine duas linhas presas em cada um dos ombros e outra no alto da cabeça — todas “puxando” o corpo para cima, como nas marionetes

No lugar do tradicional “peito para fora, barriga para dentro”, que confere rigidez à postura, melhor concentrar-se na linha do olhar: se ela estiver sempre paralela ao chão, ombros e quadris tendem a ir automaticamente para o lugar certo

Stress e tensão contribuem para contrair os músculos e crispá-la aparência. Exercícios de alongamento — a começar pelo simples espreguiçar-se pela manhã — ajudam a recuperá-los

O salto alto aprimora a postura, mas “encurta” o tendão, o que ajuda a vergar as costas. Para minimizar o efeito, especialistas recomendam o seguinte exercício: deitada de costas no chão, empurre as pontas dos pés para baixo o máximo que puder. Em seguida, traga-as de volta para cima. Vinte repetições diárias

Ao sentar-se, encaixe o quadril bem no fundo da cadeira, onde encosto e assento formam um ângulo de 90 graus. As costas tenderão a ficar imediatamente mais apuradas

Para sentar-se com pose de princesa: as pernas têm de estar coladas e os pés, juntos, devem ficar ligeiramente inclinados para um dos lados, apoiados no que os bailarinos chamam de meia ponta (base dos dedos no chão, calcanhares para cima)

Olhe as crianças, os gatos e as bailarinas. Emule mentalmente sua graça e naturalidade. Transmita as imagens para o corpo. Suavemente

ANEXO 2

Anexo 2

Lista de entrevistados

PESQUISA Postura em escolares								
nome	postprof1	sexo	F	idade	27	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof2	sexo	M	idade	20	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof3	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof4	sexo	M	idade	31	renda	0,00	MESTRADO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof5	sexo	F	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof6	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO BERNARDO DO CAMPO				SP			
nome	postprof7	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO BERNARDO DO CAMPO				SP			
nome	postprof8	sexo	F	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO BERNARDO DO CAMPO				SP			
nome	postprof9	sexo	M	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postprof10	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof11	sexo	M	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postprof12	sexo	F	idade	20	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			

nome	postprof13	sexo	M	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof14	sexo	F	idade	18	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof15	sexo	F	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof16	sexo	M	idade	20	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof17	sexo	F	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof18	sexo	F	idade	21	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof19	sexo	F	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof20	sexo	M	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof21	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof22	sexo	M	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof23	sexo	F	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof24	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			

nome	postprof25	sexo	M	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof26	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof27	sexo	F	idade	21	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof28	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof29	sexo	M	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof30	sexo	M	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof31	sexo	M	idade	26	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof32	sexo	M	idade	30	renda	0,00	MESTRADO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof33	sexo	F	idade	38	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof34	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof35	sexo	M	idade	40	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof36	sexo	M	idade	37	renda	0,00	MESTRADO
cidade	GUARULHOS				SP			

nome	postprof37	sexo	F	idade	30	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof38	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof39	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof40	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof41	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof42	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof43	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	OSASCO				SP			
nome	postprof44	sexo	F	idade	31	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof45	sexo	F	idade	19	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof46	sexo	M	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postprof47	sexo	F	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postprof48	sexo	F	idade	27	renda	0,00	MESTRADO
cidade	SANTO ANDRE				SP			

nome	postprof49	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			.
nome	postprof50	sexo	F	idade	34	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof51	sexo	F	idade	30	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO BERNARDO DO CAMPO				SP			
nome	postprof52	sexo	F	idade	32	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof53	sexo	F	idade	28	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof54	sexo	F	idade	27	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postprof55	sexo	F	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postprof56	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postprof57	sexo	F	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postesc1	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postesc2	sexo	M	idade	22	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postesc3	sexo	M	idade	36	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			

nome	postesc4	sexo	M	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postesc5	sexo	F	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postesc6	sexo	F	idade	33	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	OSASCO				SP			
nome	postesc7	sexo	M	idade	31	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc8	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc9	sexo	F	idade	28	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postesc10	sexo	M	idade	32	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postesc11	sexo	M	idade	31	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	OSASCO				SP			
nome	postesc12	sexo	F	idade	32	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc13	sexo	M	idade	36	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postesc14	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc15	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			

nome	postesc16	sexo	F	idade	43	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc17	sexo	F	idade	30	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc18	sexo	M	idade	47	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc19	sexo	F	idade	38	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postesc20	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc21	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc22	sexo	F	idade	28	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc23	sexo	F	idade	34	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postesc24	sexo	F	idade	37	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postesc25	sexo	F	idade	47	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc26	sexo	F	idade	47	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postesc27	sexo	F	idade	29	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			

nome	postesc28	sexo	M	idade	30	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postesc29	sexo	F	idade	40	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postesc30	sexo	M	idade	33	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc31	sexo	M	idade	30	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postesc32	sexo	M	idade	31	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postesc33	sexo	M	idade	39	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	OSASCO				SP			
nome	postfam1	sexo	F	idade	36	renda	0,00	
cidade	OSASCO				SP			
nome	postfam2	sexo	F	idade	34	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postfam3	sexo	F	idade	32	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam4	sexo	M	idade	30	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postfam5	sexo	F	idade	49	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postfam6	sexo	F	idade	34	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			

nome	postfam7	sexo	F	idade	22	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postfam8	sexo	M	idade	74	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postfam9	sexo	M	idade	53	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postfam10	sexo	F	idade	27	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postfam11	sexo	M	idade	37	renda	0,00	1º GRAU COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postfam12	sexo	M	idade	32	renda	0,00	1º GRAU COMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
nome	postfam13	sexo	F	idade	33	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam14	sexo	M	idade	43	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
nome	postfam15	sexo	M	idade	51	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postfam16	sexo	F	idade	20	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postfam17	sexo	M	idade	33	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SÃO CAETANO DO SUL				SP			
nome	postfam18	sexo	F	idade	40	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			

nome	postfam19	sexo	F	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade								
nome	postfam20	sexo	F	idade	20	renda	0,00	
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam21	sexo	F	idade	23	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
nome	postfam22	sexo	F	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam23	sexo	F	idade	22	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRÉ				SP			
nome	postfam24	sexo	M	idade	24	renda	0,00	SUPERIOR INCOMPLETO
cidade	GUARULHOS				SP			
nome	postfam25	sexo	F	idade	27	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade								
nome	postfam26	sexo	M	idade	25	renda	0,00	SUPERIOR COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam27	sexo	M	idade	47	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postfam28	sexo	F	idade	28	renda	0,00	2º GRAU COMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
nome	postaluno1	sexo	M	idade	15	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno2	sexo	F	idade	13	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
	alunos de escola							

nome	postaluno3	sexo	M	idade	16	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno4	sexo	M	idade	14	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno5	sexo	F	idade	12	renda	0,00	1º GRAU INCOMPLETO
cidade	SAO PAULO				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno6	sexo	M	idade	16	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno7	sexo	F	idade	17	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno8	sexo	F	idade	15	renda	0,00	
cidade	SANTO ANDRE				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno9	sexo	F	idade	19	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno10	sexo	F	idade	20	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRE				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno11	sexo	F	idade	20	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno12	sexo	M	idade	19	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SÃO PAULO				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno9	sexo		idade	18	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	SANTO ANDRÉ				SP			
	alunos de escola							
nome	postaluno 10	sexo	F	idade	19	renda	0,00	2º GRAU INCOMPLETO
cidade	MAUÁ				SP			
	alunos de escola							

nome	postaluno 11	sexo	F	idade	17	renda	0,00
cidade	SÃO PAULO			SP			
nome	postaluno 12	sexo	M	idade	19	renda	0,00
cidade	SAO PAULO			SP			
	alunos de escola						

134 ENTREVISTADOS

ANEXO 3

Anexo 3

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos profissionais de saúde, quando perguntados "O que você entende por corpo saudável?" "

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
rf30	a pessoa esteja se sentindo bem com seu corpo...feliz com ele	Sentir-se bem	A
rf45	é a pessoa estar bem com ela mesma,	Sentir-se bem.	A
rf48	tem que estar bem consigo mesmo, feliz, tanto com as qualidades quanto com seus defeitos.	Sentir-se bem.	A
rf31	you tem que se sentir bem, quando you sente que está tudo bem o seu corpo está saudável	é sentir-se bem	A
rf33	uma vida pacata, sem correria, sem preocupações desnecessárias como roubos, se val dar tempo para realizar algo, trânsito, emprego	sentir-se bem	A
rf38	estar bem consigo mesma, sem preocupar com o que vão dizer; ser e ter postura própria	sentir-se bem	A
rf39	é estar bem consigo mesmo independente de forma	sentir-se bem	A
rf3	Corpo saudável é uma boa alimentação	depende de boa alimentação.	B
rf11	Ter uma boa alimentação,	depende de boa alimentação.	B
rf17	é uma boa alimentação!	depende de boa alimentação.	B

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
f33	Bons hábitos alimentares	boa alimentação	B
f48	boa alimentação	boa alimentação	B
f53	alimentação adequada	boa alimentação	B
f56	uma boa alimentação	boa alimentação	B
f53	saúde boa é disposição e noites de sono bem dormida.	corpo disciplinado e higiênico	C
f3	bom sono	é um corpo disciplinado e higiênico	C
f13	disciplina é a chave	corpo disciplinado e higiênico	C
f24	logicamente não comprometer sua saúde, por exemplo a pessoa não precisa ter o mínimo de gordura que é permitido, também não precisa estar, bem em cima do peso, devemos saber dosar prazer e quando devemos nos preocupar com o corpo.	corpo disciplinado e higiênico	C

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
rf44	É ... peso Ideal... você tendo um peso bom automaticamente você passa a ter as chances de você ter uma postura melhor. também relacionar a postura como é o trabalho da pessoa, quantas horas fica sentada	corpo disciplinado e higiênico	C
rf56	ter uma boa qualidade de vida, uma boa postura	Auto cuidado.	D
rf1	cuidar da postura	depende de auto cuidado	D
rf8	é um corpo com postura Ideal, e a flexibilidade.	depende de autocuidado	D
rf9	Quando a pessoa se cuida	depende de autocuidado	D
rf51	a pessoa tem que ter um certo cuidado com o corpo, tentar cuida pra que ele não dê sinais de que as coisas não estão bem.	auto cuidado	D
rf9	Quando a pessoa faz exercícios físico	é um corpo que exercita-se.	E
rf12	Poder praticar esporte.	é um corpo que exercita-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
if15	tem que praticar esportes,	é um corpo que exercita-se.	E
if51	atividades físicas diárias	exercitar-se	E
if1	fazendo exercícios de alongamento	é um corpo que exercita-se	E
if3	é pratica de esporte	é um corpo que exercita-se	E
if11	praticar exercícios, alongamento	é um corpo que exercita-se	E
if33	esporte	é um corpo que exercita-se	E
if44	um corpo que não é sedentário que tem atividade física semanal... faça caminhada	um corpo que exercita-se	E
if48	atividade físicas ajudam o corpo um todo	exercitar-se	E
if50	atividade física de acordo com as necessidade desse corpo.	exercitar-se	E
if53	fazer um exercício	exercitar-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
34	pratica exercíciós físicos	exercitar-se	E
36	é fazer exercíciós físicos um com uma certa regularidade	exercitar-se	E
57	praticar exercíciós físicos	exercitar-se	E
2	Um corpo sem deficiências físicas, livre de enfermidades.	Um corpo sem doença e deficiência	G
7	Que não tenha nenhuma restrição com movimento natural, articular, que não sinta dor.	Um corpo sem doença e sem deficiência.	G
18	É um corpo sem nenhuma lesão e equilíbrio	Um corpo sem deficiência e sem deficiência.	G
f19	Um corpo sem problemas físicos, sem problemas motores	um corpo sem doença e sem deficiência	G
f27	é aquele que não tem enfermidade...principalmente se não houver dor tanto corporal como emocional, eu me sinto saudável, mesmo sabendo que saúde não é só isso.	Um corpo sem doença e sem deficiência.	G
if29	Corpo saudável pra mim é um corpo que esteja bem, harmonioso. Não só fisicamente, sem patologias que afetem ele, o bem estar físico, mas principalmente um corpo em que a mente esteja bem, livre de patologia, de estress.	Um corpo sem doença e sem deficiência	G

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof41	é um corpo sem dor	É um corpo sem doença e sem deficiência	G
postprof46	é a pessoa que não tem nenhuma doença e não está doente.	um corpo sem doença e sem deficiência	G
postprof5	um corpo que faz sem um efeito colateral, sem sentir dor ou impedimento...	é um corpo sem doença e sem deficiência	G
postprof31	Creio que quer sinal de dor, inquietação, angústia, qualquer sentido que te tire bom humor... não é mais um corpo saudável.	um corpo sem doença e sem deficiência	G
postprof36	é quando nos sentimos bem fisicamente, livre de doenças	um corpo sem doença e sem deficiência	G
postprof52	livre de qualquer maneira enfermidade	um corpo sem doença e deficiência	G
postprof5	É um corpo capaz de realizar todas as atividades a ele requisitadas	É um corpo ativo.	H
postprof55	é o corpo que gente necessita, é funcional. Corpo saudável não é especificamente praticar atividade física, ter uma alimentação regrada; Isso são coisas que colaboram pra você ter um corpo	corpo ativo	H
postprof17	é um corpo que tem uma certa atividade	é um corpo ativo	H

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
f10	Equilíbrio dentro de suas normalidades, todos os seus valores fisiológicos normais.	Corpo fisiologicamente normal	I
f16	Corpo saudável é quando há um equilíbrio entre todas as estruturas do corpo. Quando o corpo está em homeostase.....	Corpo fisiologicamente normal.	I
f13	é o equilíbrio entre mente, espírito e o corpo, não importa só atividade física, tudo está conectado não adianta ter um corpo físico,	Bem estar físico, mental e social.	J
f14	Corpo que esta em equilíbrio com a mente e o físico.	bem estar físico, mental e social.	J
f20	Corpo saudável é que tudo esteja em harmonia. Quando o mental, físico, social andam bem, sempre em conjunto. Quando 1 deles não está bem, trará uma alteração nos outros, perdendo essa harmonia e deixando de ser saudável.	Bem estar físico, mental e social.	J
f21	Corpo saudável é quando o indivíduo mantém uma boa estrutura mental, física e uma boa relação com o outro e consigo mesmo na sociedade.	Bem estar físico, mental e social	J
f22	O "corpo saudável" não é apenas a ausência de uma doença, é um bem estar físico, mental e social. Se não estamos bem mentalmente ou socialmente, não estamos saudáveis. Ter o "corpo saudável" é estar bem consigo mesmo.	Bem estar físico, mental e social	J

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof23	É quando a pessoa está bem consigo mesmo e em todos os aspectos: social, financeiro, amoroso...	Bem estar físico, mental e social.	J
postprof25	não se abrange somente à saúde física do indivíduo, mas sim um conjunto, bem estar físico, mental e social. Inclui a própria satisfação do indivíduo consigo mesmo. Atualmente o conceito de "corpo perfeito", levou alguns fanáticos a acreditar que um corpo saudável é aquele malhado, bem trabalhado, e na verdade um corpo saudável independe de estar dentro dos padrões da moda, é resultado desse conjunto, o de bem estar físico, mental e social. E o mais importante mesmo é a saúde mental, já que desta, depende nossas atitudes.	Bem estar físico, mental e social	J
postprof26	é estar com a saúde perfeita, não o corpo perfeito, mas sim a saúde, o bem estar físico, mental e social do homem estar em perfeita harmonia consigo mesmo, com a sociedade	Bem estar físico, mental e social	J
postprof28	Corpo saudável é quando associamos saúde física e mental, principalmente mental para nos sentirmos bem com si próprio.	Bem estar físico, mental e social	J
postprof31	só está bem se todo o "conjunto" funcionar bem também, para que o corpo esteja saudável, o seu psicológico também. Qualquer pessoa deixa de ser saudável quando um problema torna maior do que tudo.	Bem estar físico, mental e social.	J
postprof32	é um corpo em harmonia, mental, físico, social.	Bem estar físico, mental e social	J
postprof33	É um corpo físico saudável, uma mente sã.	Bem estar físico, mental e social.	J
postprof34	Implica em bem estar físico, e mental não existe um corpo saudável com mente conturbada. como também o inverso é recíproco.	bem estar físico, social e mental	J

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof35	é o bem estar físico e psicológico, os dois têm que estar associados pois se o físico não está bom e o psicológico está eles não vão entrar em harmonia, e assim ficando um corpo não saudável.	bem estar físico, social e mental J
postprof36	é mente sadia também. É quando nos sentimos bem fisicamente e mentalmente, onde tentamos equilibrar nossa vida em uma maneira mais saudável de se viver. O conceito de saudável varia de acordo com cada indivíduo.	Bem estar físico, social e mental. J
postprof37	não é apenas a saúde física, mas também a saúde ou bem estar mental e social. Pode não haver nenhuma enfermidade física, mas se houver alguma enfermidade mental ou social o corpo fala e conseqüentemente a postura do indivíduo muda.	Bem estar físico, social e mental. J
postprof38	é o corpo e a mente numa sintonia única, ou seja, não é apenas ter saúde física, mas também uma saúde mental,	bem estar físico, social e mental. J
postprof39	Corpo saudável é igual a mente saudável.	Bem estar físico, social e mental J
postprof40	Corpo saudável é o físico, social e principalmente mental. Mente saudável, corpo saudável.	Bem estar físico, social e mental J
postprof42	Corpo saudável não é aquele sem moléstias, doenças, mas aquele corpo que apresenta uma saúde física, psíquica e social. O social é muito importante, pois inclui a chamada inclusão social onde percebemos o nosso comportamento na sociedade.	bem estar físico, social e mental J
postprof43	abrange o corpo como um todo: mente saudável, um estado de espírito legal, a pessoa estar em paz consigo mesmo.	bem estar físico, social e mental J

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

Expressões Chave	Idéia Central	
xostprof47	A definição de saúde. Ter saúde é estar em boas condições física, mental e social, porque um corpo não pode ser saudável sem ter saúde.	Bem estar físico, social e mental
xostprof49	não é somente bem estar físico mas é estar bem principalmente, e também socialmente, não adianta o indivíduo estar com algum problema "mental", como por exemplo um stress, depressão, não necessariamente uma doença mental, que o físico vai ser totalmente afetado, mudando sua postura e com isso muda o seu relacionamento com as outras pessoas, afetando o lado social. O lado psicológico no meu modo de ver é o que comanda o físico e o social do ser humano, portanto corpo saudável é o sincronismo do mental, físico e social.	bem estar físico e mental
xostprof52	corresponde ao bem estar físico e o bem estar psíquico.	Bem estar físico e mental
xostprof11	ter uma mente boa	bem estar físico e mental
xostprof15	ter uma mente equilibrada.	bem estar físico e mental
xostprof45	estar bem tanto na parte psicológica, quanto na parte física.	bem estar físico e mental
xostprof48	um dos fatores mais importantes seria o emocional, o psicologico.	bem estar físico e emocional
xostprof53	mente boa porque se não tiver mente boa o corpo não fica legal.	bem estar físico e mental

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof1	É não ter idade pra se cuidar. Não ter que se preocupar, fazer coisas que se sente bem.	é sentir-se bem.	A
postprof24	Corpo saudável é aquele fora dos parâmetros da sociedade, é a pessoa viver bem, ser feliz com o corpo que tem não se preocupar com o que dizem não podemos viver escravos do corpo	Sentir-se bem.	A

ANEXO 4

Anexo 4

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos professores e funcionários de escola de primeiro e segundo grau quando perguntados "O que você entende por corpo saudável? "

Postura em escolares			
1 - O voce entende por corpo saudável?			
	Expressões Chave	Idéia Central	
6	uma pessoa que tem uma boa alimentação	boa alimentação	B
11	é adquirido através de uma boa alimentação	boa alimentação	B
13	ter uma boa alimentação.	boa alimentação	B
14	alimentação também.	boa alimentação	B
2	depende da sua alimentação, se você sabe se alimentar bem comer os legumes, as hortaliças, as carnes. você saber fazer uma combinação desses elementos com certeza você vai ter uma vida saudável.	boa alimentação.	B
4	alimentação saudável	alimentação saudável	B
5	alimentação saudável é tudo pra manter um corpo saudável	Boa alimentação.	B
25	uma boa alimentação você fica com corpo saudável.	boa alimentação	B
26	é uma boa alimentação	boa alimentação	B
8	a pessoa que se alimenta bem, uma dieta balanceada, frutas verduras, proteínas	boa alimentação	B
17	Uma boa alimentação.	boa alimentação	B

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc30	se alimenta bem.	boa alimentação.	B
postesc27	aquele que tem uma alimentação saudável	boa alimentação	B
postesc29	a alimentação, nos períodos da manhã, tarde e noite. não comer coisa muito gordurosa, que esteja te prejudicando a saúde. como eu já disse eu não sou a pessoa indicada pra fala mas eu acho que pra você mantê a sua saúde você tem que te uma boa alimentação.	boa alimentação	B
postesc19	O aluno que não usa drogas	corpo disciplinado e higiênico	C
postesc1	pra mim é um corpo higiênico, a pessoa procura um medicamento caso estiver uma doença.	corpo disciplinado e higiênico	C
postesc18	é uma pessoa que não fuma e não bebe.	corpo disciplinado e higiênico.	C
postesc21	Não beber, não fumar	Corpo disciplinado e higiênico	C
postesc22	Não bebe, não fuma	Corpo disciplinado e higiênico	C
postesc23	Não bebe, não fuma	corpo disciplinado e higiênico	C

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc27	que dorme bem	corpo disciplinado e higiênico	C
postesc11	até mesmo de cuidados que a pessoa tem com seu próprio corpo	autocuidado	D
postesc3	Peso na medida certa, de acordo com a altura, postura. quem tem um peso bom acho que tem uma boa saúde.	auto cuidado	D
postesc6	pra te um corpo saudável a pessoa também tem que ter uma mente saudável.	bem estar físico e mental.	D
postesc25	é corpo cuidado.	Auto cuidado.	D
postesc26	é aquele que nos devemos tomar todos os cuidados com ele, valorizando seu corpo	autocuidado.	D
postesc29	o meu corpo não tá lá muito saudável porque eu não tô cuidando dele como eu deveria, mais eu acredito que a pessoa pra ter um corpo saudável a pessoa cuida dele.	Auto cuidado.	D
postesc6	faz exercícios	exercitar-se	E
postesc11	de exercícios físicos	exercita-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc16	Trabalha com o corpo fisicamente é muito importante para sentir bem.	exercitar-se	E
postesc18	pratica exercício	exercita-se	E
postesc21	praticar esportes	exercitar-se	E
postesc22	praticar esportes.	exercita-se	E
postesc23	praticar esportes é o básico.	exercitar-se	E
postesc13	Seu corpo estar adequado a praticar exercícios físicos sem restrições	exercitar-se	E
postesc14	tem que fazer exercícios físico	exercitar-se	E
postesc20	é trabalhá com ginástica, desenvolver habilidades físicas.	Exercitar-se.	E
postesc26	você pode fazer exercícios, ginásticas	exercitar-se	E
postesc2	praticar exercícios faz parte da vida saudável.	exercitar-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc4	é praticar exercícios físicos, fazendo caminhadas	exercitar-se	E
postesc30	faz exercícios	exercitar-se	E
postesc32	a pessoa bem exercitada, que faz exercícios com uma certa frequência.	exercitar-se	E
postesc17	uma boa estrutura familiar, porque se não teve uma boa estrutura familiar como vão dar uma boa alimentação.	boa estrutura familiar	F
postesc19	que não tem problemas graves na família	boa estrutura familiar	F
postesc20	sem dores musculares.	um corpo sem doença e sem deficiência	G
postesc11	não tem doenças, a pessoa não aparenta nenhuma doença.	Um corpo sem doença e sem deformidade.	G
postesc26	não ter nenhum tipo de doenças.	um corpo sem doença e sem deficiência	G
postesc27	que consegue desempenhar as atividades durante o dia sem maior complicação.	corpo ativo	H
postesc11	é aquele que é forte e é estruturado	corpo fisiologicamente normal	I

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc9	é aquele que você olha aparentemente fisicamente está por completo	corpo fisiologicamente normal	I
postesc33	é a parte a parte fisiológica boa, "sangue" , a parte interna que são os órgãos, urina, inclusive o cérebro.	corpo fisiologicamente normal	I
postesc6	é um bem estar físico e mental, é uma harmonia entre ambos, porque mente são, corpo são	bem estar físico e mental	J
postesc7	pensar como os gregos, mente são e corpo são. quando sua cabeça ta boa acho que seu corpo acompanha naturalmente aquilo.	bem estar físico e mental	J
postesc21	ler livros, mente saudável também	bem estar físico e mental	J
postesc12	efetivamente tem uma combinação de bem estar físico, bem estar mental e espiritual ao mesmo tempo.	bem estar físico e mental	J
postesc15	não é somente aquele livre de doença e sim um corpo onde haja uma harmonia entre a parte física e mental, pois o mal estar de um reflete o outro.	bem estar físico e mental	J
postesc16	é o estado físico e mental da pessoa, pois se a mente está bem, com pensamentos positivos, o corpo sente isso e a pessoa tem mais segurança em si mesma.	bem estar físico e mental.	J

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc19	Corpo saudável é mente saudável. ele tem a mente saudável e o corpo também val agir de acordo com essa mente.	bem estar físico e mental.	J
postesc24	é o físico, o Intelectual e o mental, acho que tem que ta num conjunto pra tudo ta encaixado, porque só uma coisa ta legal não adianta que tem que ser as três.	bem estar físico e mental	J
postesc27	depende de mente sã.	Bem estar físico e mental.	J
postesc28	é um conceito que vem da Grécia antiga, onde tinha os espartanos e os gregos, uns cultivavam o corpo e os outros a mente. mas não é um costume que define corpo saudável, é um equilíbrio entre os 2 que define isso, pois com a mente equilibrada, sem stress o seu corpo responde bem a qualquer estímulo físico, mas também não adianta ter uma mente saudável, chela de conhecimentos se o seu corpo está totalmente debilitado. "mente sã, corpo sã"	bem estar físico e mental	J
postesc31	é estar em harmonia consigo próprio, corpo, mente e social integrados.	bem estar físico e mental.	J
postesc32	É tanto a parte física como mental.	Bem estar físico e mental.	J
postesc10	não sei ti responder	não sabe dizer	K

ANEXO 5

Anexo 5

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos familiares quando perguntados “O que você entende por corpo saudável?”

Postura em escolares			
1 - O voce entende por corpo saudável?			
Expressões Chave		Idéia Central	
postfam2	como se cada individuo estivesse "bem consigo mesmo". Não importa se há uma doença, um defeito físico, ou mesmo um corpo malhado, mas sim o olhar da pessoa para ela mesma, vendo seus defeitos , qualidades, erros e acertos, sabendo lidar contudo isso de uma forma saudável, sem se machucar ela mesma.	Sentir-se bem	A
postfam15	A pessoa estar bem,	sentir-se bem	A
postfam18	É um corpo muito bom, com sinal de saúde...	sentir-se bem	A
postfam27	o corpo saudável varia de pessoa para pessoa. Não existe um padrão para o corpo, e sim uma pessoa que tenha uma atitude de ser resolvida com seu corpo. A pessoa que tem um corpo saudável é aquela que se olha e não encontra problema no que esta vendo, independente do que os outros consideram.	sentir-se bem	A
postfam5	a gente tem que se alimentar bem para não parecer a idade que tem, para ficar bonita, com a pele bonita. Através da alimentação.	Boa alimentação	B
postfam7	Se alimentar bem,	Boa alimentação.	B
postfam10	Que tenha uma boa alimentação	Boa alimentação.	B

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam14	Uma boa alimentação,	boa alimentação.	B
postfam16	Se alimentar bem	boa alimentação	B
postfam23	é ter uma boa refeição, não adianta você comer só isso ou aquilo, 6 refeições diárias e na hora certa	boa alimentação.	B
postfam4	alimentação	boa alimentação	B
postfam8	é se alimentar bem	Boa alimentação	B
postfam21	têm uma alimentação saudável	boa alimentação	B
postfam21	não bebe, não fuma, Não usa nenhum tipo de drogas.	é um corpo disciplinado e higiênico	C
postfam23	repouso, eu fumo desde os 13 anos de idade mas eu considero que tenho um corpo saudável, tudo com responsabilidade.	corpo disciplinado	C
postfam4	você se cuidar	autocuidado	D
postfam7	praticar exercícios.	exercitar-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam8	fazer esporte	exercitar-se	E
postfam14	poder fazer atividade física normalmente	exercitar-se	E
postfam16	praticar exercícios.	exercitar-se	E
postfam21	é aquela que faz exercícios físicos	exercita-se	E
postfam8	.Uma pessoa doente é diferente...é uma pessoa com mal estar, por exemplo com gripe problema no intestino, problema na coluna, na vista.	Um corpo sem doença e sem deformidade	G
postfam10	que não necessite de medicação.	sem doença	G
postfam14	não precisar tomar medicação.	corpo sem doença	G
postfam15	sem nenhum tipo de doença	sem doença	G
postfam11	é aquele que você pode exigir dele. é flexibilidade. é agilidade .	Corpo ativo.	H
postfam12	é quando você consegue exercer suas atividades do seu dia-a-dia.	Corpo ativo	H

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam17	é o corpo funcional, não importa se está dentro dos medidas adequadas, se alinhado ou não em resumo dentro do padrão cultural determinado pela sociedade em determinado momento, se permanece dentro do "modismo" atual.	é o corpo ativo	H
postfam1	seria um corpo físico e mentalmente, acaba transferindo essa energia negativa para o seu corpo, se fadiga você transfere isso para o lado mental afetando o bem estar do individuo. Corpo para ser saudável tem de estar em uma boa sintonia com a mente.	bem estar físico e mental	J
postfam3	Saúde por inteiro, ou seja, corpo e mente saudável. O corpo influencia na saúde da mente, mas a mente tem um forte domínio sobre o corpo...que pode levar este corpo a doenças ou fazer mesmo uma pessoa saudável...	bem estar físico e mental	J
postfam6	significa mente saudável, porque se está bem psicologicamente, com certeza o seu corpo reagira de forma saudável, mesmo que haja uma patologia instalada a pessoa saberá lher dar com tranqüillidade, se a sua mente estiver bem	bem estar físico e mental	J
postfam13	não só a ausência de uma doença, mas sim possuir um bom comportamento físico, emocional, social etc.,	bem estar físico e mental	J
postfam19	é você estar com o bem estar físico e mental.	bem estar físico, mental e social	J
postfam20	é ter mente saudável, pois não adianta ter corpo saudável se não estiver bem emocionalmente...	bem estar físico, mental e social	J
postfam22	Ter o corpo saudável não depende de apenas exercícios físico mas de uma mente em harmonia, saudável. Ser saudável não é apenas ter músculos	bem estar físico, mental e social	J

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam24	bem definidos e sim equilíbrio entre corpo e mente. está diretamente relacionado a saúde e o bem estar físico, psíquico e social,	bem estar físico, mental e social	J
postfam25	É a mente "de acordo" com o corpo, o corpo obedecendo a mente, a mente tranqüila e com bom estado para raciocínio. É um estado de mente e corpo em bem estar.	bem estar físico, mental e social	J
postfam26	não é apenas a ausência de uma doença, mas em geral é o bem estar físico, mental, social e espiritual de cada indivíduo.	bem estar físico, mental e social	J
postfam28	é quando a pessoa esta bem fisicamente, social e psicologicamente, não basta apenas estar sem patologia nenhuma, tem que estar tudo em equilíbrio corpo e mente.	bem estar físico, mental e social	J
postfam23	tem que ter cabeça boa	bem estar físico e mental	J
postfam9	daria no futuro um envelhecer mais saudável.	leva a um envelhecimento mais saudável	L
postfam8	é uma pessoa normal, bonita, forte, corada	é um corpo ideal, bonito	M

ANEXO 6

Anexo 6

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos alunos quando perguntados “O que você entende por corpo saudável?”

Postura em escolares			
1 - O voce entende por corpo saudável?			
	Expressões Chave	Idéia Central	
no1	Seria uma alimentação boa, legal	boa alimentação	B
no3	boa alimentação	boa alimentação.	B
no4	é uma alimentação saudável.	boa alimentação	B
no8	boa alimentação	boa alimentação.	B
no2	é a boa alimentação	boa alimentação	B
no2	Não usar drogas	corpo disciplinado e higiênico	C
no7	uma pessoa que não fuma, não bebe, não usa droga...	corpo disciplinado	C
no10	um corpo sem nada de toxina	corpo disciplinado	C
no8	exercícios físicos	exercitar-se	E
no12	é aquele que pratica exercícios.	Exercitar-se	E

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

Expressões Chave		Idéia Central	
postaluno7	Um corpo sem nenhum arranhão	corpo sem doença e sem deficiência	G
postaluno11	É um corpo sem doença	Um corpo sem doença e sem enfermidade	G
postaluno9	não significa apenas ter um corpo malhado de academia, se sua cabeça não está bem, pois corpo e cabeça estão muito ligados para você se sentir bem consigo mesmo. Você estando com os dois legais cabeça e corpo ai sim terá um corpo saudável.	bem estar físico, mental e social	J
postaluno5	Um corpo reto	corpo ideal, bonito	M
postaluno6	é um corpo bonito, sarado, malhado	corpo ideal, bonito	M
postaluno10	é um corpo ideal	Corpo ideal.	M
postaluno3	é a forma física	é o corpo ideal, bonito	M

Postura em escolares

1 - O voce entende por corpo saudável?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam24	bem definidos e em equilíbrio entre corpo e mente. está diretamente relacionado a saúde e o bem estar físico, psíquico e social,	bem estar físico, mental e social	J
postfam25	É a mente "de acordo" com o corpo, o corpo obedecendo a mente, a mente tranqüila e com bom estado para raciocínio. É um estado de mente e corpo em bem estar.	bem estar físico, mental e social	J
postfam26	não é apenas a ausência de uma doença, mas em geral é o bem estar físico, mental, social e espiritual de cada indivíduo.	bem estar físico, mental e social	J
postfam28	é quando a pessoa esta bem fisicamente, social e psicologicamente, não basta apenas estar sem patologia nenhuma, tem que estar tudo em equilíbrio corpo e mente.	bem estar físico, mental e social	J
postfam23	tem que ter cabeça boa	bem estar físico e mental	J
postfam9	daria no futuro um envelhecer mais saudável.	leva a um envelhecimento mais saudável	L
postfam8	é uma pessoa normal, bonita, forte, corada	é um corpo ideal, bonito	M

ANEXO 7

Anexo 7

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos profissionais de saúde quando perguntados “O que você entende por postura?”

Postura em escolares
2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
f57	Que não tenha queixa de dor,	melhora a saúde	A
f41	Hoje em dia eu enxergo a postura das pessoas como algo, assim, importante, dentro da vida como um todo, principalmente futuramente. Então, pessoas que tem uma boa postura hoje, que sabem se colocar de forma adequada nas suas posturas, elas são pessoas que no futuro vão ter menos problemas relacionados com a má postura como hérnia de disco, dor ciática, cervicalgia, do que aquelas que tem uma má postura. Todos esses problemas relacionados com a má postura, principalmente crianças que desde a infância, carregando material, essas coisas.	previne problemas futuros	A
f1	é muito importante para a saúde e o bem estar,	A boa postura melhora a saúde.	A
f42	É a posição do corpo ideal para não provocar lesões futuras.	a boa postura previne problemas futuros	A
f57	que ele possa exercer suas atividades sem dor e sem queixa	melhora a função	B
f11	Que é importante, pois fazer as atividades do dia-a-dia depende de uma boa postura	a boa postura melhora a função	B
f1	para que você possa exercer mais o seu dia-a-dia.	melhora a função	B
f41	problemas relacionados com a má postura como hérnia de disco, dor ciática, cervicalgia, do que aquelas que tem uma má postura. Todos esses problemas relacionados com a má postura, principalmente crianças que desde a infância, carregando material, essas coisas.	má postura traz problemas	C

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
3	eu não sei definir postura Ideal	não sei definir postura Ideal.	D
xf49	não sei uma definição assim correta	não sei definir postura Ideal.	D
xf25	como ninguém é perfeito, todos somos tortos	é difícil encontrar alguém com boa postura	F
xf41	Como fisioterapeuta é difícil encontrar alguém com uma boa postura.. Todas as pessoas têm uns vícios.	é difícil encontrar alguém com boa postura	F
xf33	Essa postura se refere a educação que aprendemos	é uma questão cultural	G
xf35	existe um padrão postural e que todos possuímos alterações que se adquirem com a "cultura" de cada um, mas nem por isso causa danos ao indivíduo.	é uma questão cultural	G
xf57	Mas é difícil fazer as pessoas se conscientizar disso. É que essa coisa de postura tinha que ser mais educativa, pra fazer a pessoa assumir a correção postural, para mudar de comportamento.	questão cultural	G
xf41	Geralmente uma boa postura são aquelas que já tiveram uma experiência, já foram educadas para aquela boa postura.	é uma questão cultural	G
xf30	não existe uma postura Ideal, será Ideal para cada um, mesmo se o indivíduo tem alguma alteração na coluna, mas não sente, a postura que será sua postura ideal	não existe postura Ideal	H

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
of5	Não existe uma normalidade de postura. A postura se adapta à necessidade do corpo. Não existe postura correta ou incorreta.	Não existe postura correta ou incorreta. Ela se adapta à necessidade do corpo.	H
of28	que a postura é de cada um	resolução individual	I
of30	Cada uma tem uma postura, não existe uma postura ideal, será ideal para cada um, mesmo se o indivíduo tem alguma alteração na coluna, mas não sente, a postura que será sua postura ideal.	resolução individual	I
of33	cada indivíduo tem a sua postura.	postura é individual	I
of35	de acordo com cada indivíduo	resolução individual	I
of44	a postura mais adequada é aquela que você se sente bem.	é uma resolução individual	I
of46	cada pessoa tem uma postura diferente	é uma resolução individual	I
of52	a maneira da gente ser.	resolução individual	I
of4	A minha!	é a minha	I

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof5	Cada um tem a sua postura	cada um tem a sua	I
postprof6	O que o seu corpo representa e expressa diante as situações em todo e qualquer momento, as reações e predomínios posturais perante as vivências externas e internas.	manifestação emocional	J
postprof21	atitude e posição do corpo se unem quando há uma decepção por exemplo, a postura emocional altera a postura do corpo.	manifestação emocional	J
postprof26	poderíamos avaliar essa postura como comportamento mental. Mas as duas estão ligadas, normalmente o fisioterapeuta avalia a postura na avaliação física do paciente, mas esquece-se de que a postura relaciona-se ao seu estado emocional. Quando você tem uma alta carga de tensão na sua casa, na sua vida, altera-se todo o metabolismo, também a postura em virtude da carga de tensão que isso acarreta, causando desvios e várias doenças somáticas.	manifestação emocional	J
postprof27	tem a postura psíquica na qual a gente vê a personalidade da pessoa	manifestação emocional	J
postprof29	o ser humano tem a postura do que ele pensa sobre si mesmo, mesmo às vezes inconsciente adquire esta postura. Se a pessoa é mais retraída, tímida, que não enfrenta o mundo: sua postura será mais fechada, curvada diante de tudo como mais ou menos a minha.	manifestação emocional	J
postprof45	Quando não estamos bem emocionalmente ou socialmente alteramos nossa postura, ficamos mais suscetíveis que outras pessoas "Invadam" nosso íntimo, o que não deve acontecer no caso da nossa profissão, porque não podemos demonstrar "fraqueza" para nossos pacientes, para impedir que aja algum tipo de envolvimento, porque com	é uma manifestação emocional	J

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof56	essa abertura é mais fácil. Pessoas introvertidas ou pessoas tristes, normalmente elas têm uma postura inadequada, são mais fracas e isso dificulta o seu dia a dia.	manifestação emocional	J
postprof35	variando com seu estado físico e emocional	é uma manifestação emocional	J
postprof39	se uma pessoa não tiver postura frente à uma situação por exemplo, automaticamente a postura física poderá se alterar, exemplo, se uma pessoa tiver triste, a postura física dela será retraída.	é uma manifestação emocional	J
postprof40	A postura corporal demonstrar muito o sentimento da pessoa	manifestação emocional	J
postprof32	não só a física mas também a emocional. A postura física pode interferir em um desajuste emocional ou, por alguma alteração emocional que modifique a parte física. Pela postura física muitas vezes podemos saber como está o lado emocional da pessoa.	é uma manifestação emocional.	J
postprof36	a postura mental, a postura física pode ser reflexo da situação emocional que a pessoa se encontra.	é uma manifestação emocional.	J
postprof33	A palavra postura tem dois sentidos	palavra com muitos sentidos	K
postprof37	é uma palavra que tem dois significados muito importantes não só para a fisioterapeuta, como para o ser humano como um todo.	é uma palavra com muitos sentidos	K
postprof39	entendo duas coisas: a postura física e a postura de alguém frente à alguma coisa,	têm vários sentidos	K

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof43	e uma palavra pequena mas complicada de definir, pois tem dois sentidos diferentes, pode ser postura no sentido postural, anatômico, pode ser no sentido da postura frente a uma situação em relação ao comportamento, por isso ficava difícil definir assim simplesmente pela palavra sem saber a situação e o porque dessa pergunta.	K
postprof45	A postura não é só o físico, porque o mental influencia. Quando não estamos bem emocionalmente ou socialmente alteramos nossa postura	K
postprof46	existe vários significados e sentidos dessa palavra.	K
postprof56	é um conjunto de fatores que levam a uma boa postura.	K
postprof13	É você estar com seus chakras abertos para que a energia possa ser canalizada do céu que é nosso pai até a terra que é nossa mãe, a terra primordial, então você está ereto. O ser humano é o ser mais "inteligente" porque ele tem a postura ereta, assim pode canalizar sua energia.	L
postprof17	como ela anda, como ela se senta,	M
postprof27	Jeito como a pessoa anda, senta, corre, trabalha...	M
postprof28	como se senta, como se anda	M

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof49	Ba forma como uma pessoa senta, a forma como caminha, abaixa pra pegar um objeto acho que seria mesmo esse sentido.	forma de mover-se
postprof51	Eu acho que como a gente se coloca quando sentada de pé... dormindo é isso, a posição que o corpo ocupa durante nossa vida.	forma de mover-se
postprof56	Primeiro ter uma musculatura adequada para vencer a gravidade, hábitos do dia a dia como sentar, como levantar, como levantar peso, como ficar de pé. Pra que tudo, ocorra é necessário ter um grupo muscular atuando e permitindo que a pessoa tenha liberdade de movimento.	forma de mover-se
postprof41	Uma boa postura pra mim seria aquela pessoa que quando vai sentar, tenta sentar de uma forma mais correta, encaixando o quadril, sentando de uma forma mais ereta possível, quando vai se abaixar tenta usar o corpo como um todo, dobra o quadril, joelho, não somente se abaixa usando a coluna. De noite tenta dormir de uma forma adequada, em decúbito lateral, com um travesseiro entre os joelhos...É isso.	forma de mover-se
postprof9	Andar, sentar corretamente.	é mover-se do modo adequado
postprof19	Marcha, saber sentar direito.	é mover-se de modo adequado.
postprof33	no sentido ortopédico, fisiológico, anatômico que refere a posição que o indivíduo se apresenta ao andar, sentar e deitar, pode ter uma postura correta ou incorreta.	é mover-se do modo adequado.
postprof52	É a maneira do corpo, da gente sentar, andar	é o modo adequado de mover-se.

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof54	é tudo aquilo que propicia a gente fazer uma atividade livre, por exemplo, a postura sentada te propicia a fazer várias atividades, as quais você se tem que fazer sentada. Postura é tudo aquilo que te dá função.	é mover-se de modo adequado.	M
postprof55	um posicionamento correto da estrutura corpo corporal.	é a posição do corpo no espaço.	M
postprof19	manter coluna ereta.	posição do corpo no espaço	N
postprof21	pode ser também a posição do corpo da pessoa	resolução orgânica	N
postprof25	pode ser também como o corpo fica posicionado, ou todo retinho ou todo torto. O mais difícil, além de explicar essa questão é corrigir uma postura errada, todos sabemos que mesmo uma pessoa que procura a fisio, por exemplo, pra se corrigir, chega lá, corrige e quando chega em casa, volta à postura que estava, mesmo dizendo para o fisio que fez em casa, a gente sabe que não fez.	posição do corpo no espaço	N
postprof29	pode ser postura de coluna, na clínica	posição do corpo no espaço	N
postprof30	É uma outra postura que é fisiológico, com as curvaturas da coluna, com lordose, cifose.	posição do corpo no espaço	N
postprof34	É o outro significado da palavra é postura corporal, alinhamento da coluna vertebral em relação a atividade exercida.	Posição do corpo no espaço	N

Postura em escolares
2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postprof43	pode ser postura no sentido postural, anatômico,	posição do corpo no espaço	N
postprof46	a postura física, sua forma e anormalidade do corpo onde entra o fisio ou uma pessoa específica para ajudar mas que essa postura muitas vezes ta relacionada com a postura do dia-a-dia.	posição do corpo	N
postprof37	A palavra postura dentro da fisioterapia, entende-se por postura física, ou seja sua anatomia	resolução orgânica	N
postprof39	A postura física é ligada a anatômica : ossos, articulações...	posição do corpo	N
postprof41	é uma colsa física, relacionada a coluna vertebral.	posição do corpo no espaço	N
postprof2	É algo relacionado à posição com que você se mantém em pé, se você tem as costas curvas ou não.	A postura é a posição do corpo no espaço	N
postprof8	É a posição que a gente fica.	è a posição do corpo no espaço	N
postprof12	Uma boa posição, a qual você se sinta correto sem prejudicações.	é a posição do corpo no espaço	N
postprof26	Quando pensamos em postura na fisioterapia, pensamos logo na postura física,	é a posição do corpo no espaço.	N

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postprof27	compreende a parte biomecânica,	é a posição do corpo no espaço.	N
postprof31	é a estrutura corporal formado pelo sistema músculo esquelético de uma pessoa. Esse sistema mantém a pessoa ereta em composição à força da gravidade. No decorrer da vida de uma pessoa essa estrutura músculo-esquelético vai de modificando de acordo com a história de vida que cada um tem. Para manter esse arcabouço sem causar danos fisiológicos há um envolvimento de estruturas cerebrais que atuam no equilíbrio corporal, na manutenção do tônus muscular	Posição do corpo no espaço.	N
postprof35	uma curvatura fisiológica e anatômica mais correta possível	é a posição do corpo no espaço.	N
postprof44	um bom posicionamento,	é a posição do corpo no espaço	N
postprof50	são posições que, que o indivíduo assume que tem interferência da ação da gravidade.	é a posição do corpo no espaço.	N
postprof51	a posição do corpo.	é a posição do corpo no espaço.	N
postprof53	É onde o indivíduo adquire um posicionamento que tenha menos gasto energético para ele, para as estruturas.	é a posição do corpo no espaço.	N
postprof57	um posicionamento que tenha menos gasto calórico, energético.	é a posição do corpo no espaço.	N

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof27	é a postura ética onde a gente vê o comportamento dela diante de um acontecimento bom ou ruim, diante de um desafio a cumprir	é um comportamento	O
postprof33	é a maneira com que as pessoas se comportam perante os outros na sociedade. é importante saber qual postura adequada para qualquer lugar	foprma de comportamento	O
postprof43	pode ser no sentido da postura frente a uma situação em relação ao comportamento	forma de comportar-se	O
postprof46	cada um tem uma forma de agir enfrentar os problemas e as alegrias	forma de comportamento	O
postprof7	é a maneira que você se comporta nas diferentes posições em qualquer tipo de atividade.	a postura é a forma como o indivíduo se comporta no seu meio social	O
postprof15	É uma forma da pessoa se posicionar diante do próximo e do senso comum.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social	O
postprof16	é o comportamento corporal das pessoas diante de determinadas situações cotidianas.	é o comportamento frente ao mundo	O
postprof17	é como a pessoa se porta , é o comportamento da pessoa.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social	O
postprof18	Uma pessoa que comporta em algum lugar de forma correta.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social	O
postprof22	Postura profissional, é como o profissional de qualquer área deve frente as situações do seu dia a dia... O profissional deve saber se dirigir, se	é como o indivíduo se comporta no seu meio social.	O

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave	Idéia Central
<p>postprof23</p>	<p>controlar frente as adversidades comuns no dia a dia de qualquer trabalho. O profissional deve ter responsabilidade e saber o que está fazendo frente aos seus desafios para ser um profissional bem sucedido e confiável mantendo uma postura firme, decidido sabendo o que faz. Muitas vezes é necessário mudarmos nossa personalidade, quem trabalha em hospital, por exemplo, muitas vezes não pode ser irreverente, pois estamos tratando de pessoas e devemos manter uma postura séria. Todos profissionais mantêm uma postura, alguns são altamente profissionais outros são mais humanos. No caso da fisioterapia, por exemplo, dentro da ética, postura profissional o terapeuta, não pode se envolver com o paciente mais do que propriamente, nos objetivos terapêutico e mesmo assim muitas pessoas se envolvem deixando a postura de lado. Esperamos que todos os profissionais sejam mais responsáveis e se policiem mais sua postura, pois desse jeito teremos profissionais mais respeitados e profissionais cada vez melhor.</p> <p>É a maneira, a forma, a conduta a ser tomada diante uma situação.</p> <p>é como o indivíduo se comporta no seu meio social.</p> <p>☐</p>
<p>postprof24</p>	<p>é como o homem se coloca a sociedade, com ele se comporta de várias situações, a capacidade que o homem tem de resolver seus problemas, situações frente a sociedade, se ele consegue se equilibrar diante das coisas que o afetam emocionalmente, que o tiram a sua tranquilidade, de seu conforto que afete a sua estabilidade, se ele consegue passar diante de situações que o abalem, que façam ele sair de seu porto seguro, situações que façam com que ele pense sobre a realidade. A postura do indivíduo diante de diversas situações pode afetar a postura corporal e com isso acusar dor, trazendo mais alterações emocionais p/ a postura do indivíduo dentro da sociedade.</p> <p>é como o indivíduo se comporta no seu meio social.</p> <p>☐</p>
<p>postprof25</p>	<p>é o modo que a pessoa se comporta na sociedade,</p> <p>é como o indivíduo se comporta no seu meio social.</p> <p>☐</p>

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof28	é a postura de como se comporta em todos os ambientes, com cada um com quem se vive...	Postura é como o indivíduo se comporta no grupo.	O
postprof34	pode ser como uma pessoa se comporta ou vive diante da sociedade, cada um tem uma postura diferente é mais ou menos como personalidade.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social.	O
postprof38	A forma de lidar com as atividades do dia-a-dia, forma de agir, reagir, com o ambiente que vive, trabalha, faz com que adotemos uma postura seja ela de forma perceptível ou não.	é um comportamento	O
postprof41	o comportamento que devemos ter diante de cada situação.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social.	O
postprof47	é o comportamento do ser humano em ser cotidiano, ou seja temos que ter certos comportamentos em algumas ocasiões, como por exemplo em casa brigamos por qualquer motivo, pois temos mais afetividade e acabamos falando o que não nos agrada, já com os amigos essa postura se modifica acabamos falando alguma coisas e guardando as mágoas, o que acaba modificando aquela postura diante daquela pessoa. Existe postura diferente em situações diferentes, ou seja quando você está no trabalho sua postura é uma quando você está na faculdade sua postura é modifica assim por diante .	é como o indivíduo se comporta no seu meio social.	O
postprof23	Pode se dizer a atitude que o indivíduo toma no seu dia a dia. Dentro de postura podemos citar postura positiva ou negativa, dentro de bom senso ou não.	atitude frente ao mundo	P
postprof24	Cada indivíduo tem uma postura diferente sobre a mesma situação, pois cada um tem uma forma de pensar, tem um conhecimento específico, tem uma bagagem de aprendizagem diferente, tem uma "cultura" diferente, uma forma de educação, criação diferente, o que torna a postura de cada	atitude frente ao mundo	P

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
of31	Indivíduo diferente, dificultando a compreensão do que é postura. a postura está envolvida na auto-imagem e percepção com o meio externo e na relação de indivíduo p/ indivíduo.	atitude frente ao mundo	P
of32	postura é 1 complemento no que envolve os valores de cada pessoa.	atitude frente ao mundo	P
of46	A postura das pessoas na sociedade, suas atitudes perante as pessoas, na família, com os amigos,	é uma atitude pessoal	P
of36	postura social é aquela que o ser humano adquire em consequência do trabalho que exerce.	é uma atitude frente ao mundo	P
of37	num contexto social, ela refere-se à forma de "reagir" à determinada situações.	é uma atitude frente ao mundo	P
of10	Quando você encara o mundo na sua realidade você prejudica a sua postura.	é uma atitude frente ao mundo	P
of14	É uma forma de pensar, é uma opinião.	é uma atitude frente ao mundo	P
of20	É a forma que encaramos as situações que ocorrem durante a nossa vida. É a postura que temos perante a estas situações cotidianas podem alterar nossa postura física. É como um indivíduo encara uma situação nova e diferente na vida que pode deixa-lo triste ou feliz o que afetará assim a sua postura física. Se a pessoa tiver uma postura positiva quanto a determinada situações, sua postura física será aparentemente boa. Porém se tiver uma postura de negativismo sua postura física será afetada por uma retração, por uma aparência de medo do que pode lhe ocorrer. Eu	é uma atitude frente ao mundo.	P

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof21	<p>acho que a postura que temos perante a sociedade está muito ligada a nossa postura física.</p> <p>pode ser a atitude de uma pessoa frente à uma situação</p>	é uma atitude frente ao mundo.	P
postprof29	é o que um indivíduo adquire perante uma situação.	A postura é uma atitude frente ao mundo.	P
postprof30	uma postura seria frente a alguma situação, que tenha interferência com o emocional. A postura muda também conforme a personalidade de cada um. Um indivíduo com a personalidade mais forte, terá uma postura diferente de um indivíduo com a personalidade mais maleável. E frente a um problema ou patologia a postura muda.	Postura é uma atitude frente ao mundo.	P
postprof40	É como a pessoa se apresenta perante à vários tipo de situação. A postura mental é o pensamento, opinião da pessoa a certo problema, situações	é uma atitude frente ao mundo.	P
postprof29	o corpo fala. Pela postura dá para ver como a pessoa é, ou seja, ela passa isso pela postura que ela adquire.	é uma forma de expressão e comunicação	Q
postprof36	o corpo transmite o que o indivíduo está sentindo e muitas vezes pensando.	forma de expressão e comunicação	Q
postprof38	A postura tanto no sentido corpo ou forma faz com que o outro perceba com o olho treinado o que se passa, o que se informa de si mesmo, tanto de uma forma que implique para seu físico, a má postura, como de olhar para a postura, em busca de personalidade, mesmo que as vezes este olhar tenha que estar atento nas postura camufladas, que são adotadas como outras, como a forma de perceber o que tem em volta	é uma forma de comunicação	Q

ANEXO 8

Anexo 8

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos professores e funcionários de escola de primeiro e segundo grau quando perguntados "O que você entende por postura?"

Postura em escolares			
2 - O que você entende por postura?			
	Expressões Chave	Idéia Central	
21	não prejudicial à coluna	previne problemas futuros	A
28	que nem provoque muita dor, é aquela postura que futuramente terá reflexo na sua vida	melhora a saúde	A
28	postura física, aquela que o indivíduo faz com que as suas estruturas fique de uma forma que não prejudique sua funcionalidade	melhora a função	B
9	ninguém tem a postura exatamente perfeita.	ninguém tem a postura perfeita	F
10	é também educação	é uma questão cultural	G
9	é a percepção que o indivíduo tem do seu corpo, claro que cada um tem a sua postura física diferente do outro.	é uma resolução individual, uma maneira de ser.	I
12	A postura é aquela ao qual nosso corpo se adapta,	resolução individual	I
28	a psicológica, pois algumas pessoas entendem que aquela postura física reflete psicologicamente, no modo de agir. Há relatos que antigamente as mães enrolavam seus bebês bem forte para que no futuro eles ter aquela postura idealizada.	manifestação emocional	J
9	a postura física está exatamente relacionada com o emocional de cada um, por exemplo uma pessoa com uma postura cifótica, provavelmente deve ser uma pessoa tímida, que tem medo de enfrentar o mundo de frente	manifestação emocional	J
30	Mas que sentido? postura física ou postura de atitude? acho que é tentar no dia a dia fazer o que é certo.	vários sentidos	K
31	Duas coisas	vários sentidos	K

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc9	palavra postura tem uma concepção bastante ampla. Acho difícil uma definição objetiva de postura, já que como dito acima, é uma questão muito ampla.	vários sentidos	K
postesc11	depende da de como se colocar a palavra postura né.	vários sentidos	K
postesc13	pode significar um monte de coisa	vários significados	K
postesc14	depende de como é colocada a palavra.	vários sentidos	K
postesc18	A gente imagina dois tipos de postura; tem uma postura física e uma postura moral. as duas podem ser corretas e incorretas, depende da atitude que a pessoa toma tanto na postura moral como na postura física.	vários sentidos	K
postesc19	depende de que tipo de postura você está falando	vários sentidos	K
postesc21	é andar numa boa postura	mover-se	M
postesc22	andar corretamente, sentar corretamente, praticar alguns exercícios físicos pra ajudar na postura...	mover-se	M
postesc25	sabe se sentar direito	mover-se	M

Postura em escolares
2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc26	É o modo corretíssimo da pessoa sentar ereta.	forma de mover-se	M
postesc27	Deveria ser certa . seria movimentos corretos que a gente tem ao sentar, ao andar, ao abaixar, levantar, deltar.	mover-se	M
postesc29	é como a pessoa é se comporta em pé, ou sentada, desde que ela mantenha a coluna ereta.	forma de mover-se	M
postesc32	posição de andar, de sentar, dormir.	mover-se	M
postesc1	é maneira que o corpo está nas várias situações, por exemplo pra anda. é você estar reta com a coluna reta no lugar, pra fazer qualquer exercício. é a maneira que o corpo deve estar em cada situação pra sentar.	está relacionada a forma de mover-se,	M
postesc5	Sentar se muito bem, corretamente	está relacionada a forma de mover-se.	M
postesc6	a maneira correta de se sentar.	está relacionada a forma de mover-se.	M
postesc2	movimentos bem alinhados	forma de mover-se	M
postesc8	é a forma de você sentar	é como você se move	M

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc14	é um modo de é andar, de sentar, de agir	movlmentar-se	M
postesc15	é a maneira da gente andá, sentá	mover-se	M
postesc10	ela faz parte do nosso dia a dia, pois tudo o que vamos fazer é preciso uma boa postura.	forma de mover-se	M
postesc17	no sentido físico é uma pessoa que anda com a coluna ereta, consegue sentar normalmente, com a coluna não ficando torta, evitando de ficar curvada.	forma de mover-se	M
postesc20	e a pessoa tem que ficar ereta, manter uma posição que fique confortável pra ela e que não prejudique a seus membros inferiores.	posição do corpo	N
postesc21	é ter uma postura ereta,	posição do corpo	N
postesc23	postura é você andar, sentar, deitar-se corretamente; é uma série de procedimentos, exercícios	forma de mover-se	N
postesc31	postura física do organismo, que envolve musculatura, ossos	posição do corpo	N
postesc33	postura eu acredito que seja uma pessoa quase que na posição de sentido, bem ereta.	posição do corpo	N

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc2	Coluna reta	é a posição do corpo no espaço.	N
postesc4	uma pessoa erétil	é a posição do corpo no espaço	N
postesc11	é posicionamento	posição do corpo	N
postesc28	é que aquela pessoa sobe se "colocar" em público, ela sobe conversar, andar, sobe como agir em certos ocasiões.	comportamento	O
postesc31	o modo de pensar e de se comportar de cada um, sendo que ambos podem ter correlação com a postura física, está intimamente ligado ao comportamento.	comportamento	O
postesc7	deve sê quando uma pessoa si veste bem. é uma pessoa que ta numa mesa é bem asslado, no senta.	é como o indivíduo se comporta no seu meio social.	O
postesc6	maneira correta de agir perante as outras pessoas.	comportamento	O
postesc9	Podemos definir postura como comportamento do indivíduo perante a sociedade, como se comporta diante de certas situações, já que as pessoas cobram esse comportamento constantemente, elas cobram os outros e a si próprio. Todos devem ter postura, mas que postura será essa que a sociedade impõem? Somos julgados pelos nossos atos	forma de comportamento	O
postesc10	é saber se comportar.	comportamento	O

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Ideia Central	
postesc11	é como se comporta	comportamento	O
postesc13	um comportamento relacionado em essas coisas que mencionei anteriormente, de bem estar físico, mental e espiritual.	comportamento	O
postesc16	é o modo de você agir	comportamento	O
postesc24	saber ter respeito	atitude	P
postesc28	em também alguns casos, como os modelos ou outras pessoas famosas, que se diz que ela tem postura para aquele determinado papel que ela está exercendo, um policial, um advogado, tem que ter uma postura para impor respeito mediante algo, assim como nós no dia-a-dia, para encarar os perigos da vida selvagem na cidade mas também para enfrentar os outros selvagens dela.	atitude	P
postesc31	postura frente a alguma situação, o modo de pensar	atitude	P
postesc3	é ter uma boa colocação na vida.	é uma atitude frente ao mundo	P
postesc9	pelas nossas atitudes diariamente, nós mesmos nos desvalorizamos, achando na maioria das vezes que aquela atitude não foi a correta	atitude	P
postesc12	ter uma boa postura perante à sociedade tanto fisicamente como socialmente.	atitude	P

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
:19	pode ser a postura por exemplo de um profissional tá referente o meu caso como professora durante é na classe perante o aluno né sabe o que eu tenho que passa pra ele; respeito também por ele seria uma postura de um professor, pra ele também ter respeito por mim e também na parte de postura também referente a outro profissional da mesma área .	atitude	P
:8	é a forma de você se expressar	forma de expressão	Q
:14	de se expressar	forma de expressão	Q
:16	de você se expressar.	forma de expressão	Q

ANEXO 9

Anexo 9

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos familiares quando perguntados “O que você entende por postura?”

Postura em escolares			
2 - O que você entende por postura?			
Expressões Chave		Idéia Central	
n4	é a saúde da pessoa	a boa postura melhora a saúde.	A
n16	Ncomo me canso muito acabo relaxando no meu corpo, sei que me prejudica mas é um peso no corpo.	má postura	C
n13	eu não sei dizer exatamente	não sei	D
n5	... você fala sobre beleza? Altura, uma pessoa perfeita. a partir do momento que a gente é perfeita não falta nada no ser humano.	é beleza.	E
n8	Pessoa com um corpo perfeito, pode trabalhar com desfile de moda,	está associada a beleza.	E
n8	bem educada, sabe conversar.	educação	G
n10	é também educação	educação	G
n19	educação	educação	G
n20	é também educação	educação	G
n1	Postura seria inúmeras forma de se aprender na sociedade	educação	G
n24	é pré-disposto por alguém ou por um grupo de pessoas onde, determinam qual é o certo e qual é o errado, mas na verdade,	cultural	G

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam26	da cultura de cada indivíduo, postura se adquire desde a infância, na observação dos pais, a criança tenta sempre imitar os mais velhos, tendo como uma referência	cultural	G
postfam24	por esta ser uma questão individual, onde o errado para alguns pode ser o correto para outros e vice versa. O grande problema desta tal postura, na minha opinião, é que para ambos os tipos, é uma coisa muito pessoal, individual, fazendo parte da personalidade de cada indivíduo e devendo ser respeitada, por fazer parte da personalidade de cada um. Não se deve ultrapassar o limite de cada indivíduo, respeitando a individualidade de todos.	é uma questão individual	I
postfam10	é aquela que o nosso corpo se adequa	individual	I
postfam17	mecanismo de defesa perante as diversas situações em que o indivíduo se vê inserido ao longo da trajetória da vida...	manifestação emocional	J
postfam19	é personalidade, A postura é acima de tudo a auto-imagem do indivíduo, ou seja, são as características que ele apresenta. Postura é a soma de características adquiridas no decorrer da vida.	emocional	J
postfam22	é ser uma pessoa calma.	emoção	J
postfam11	depende de como se coloca a palavra postura	Vários sentidos	K
postfam24	pode ter dois tipos de interpretação	vários sentidos	K

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam28	tem duplo sentido como a pessoa lida com as situações da vida e as características físicas	vários sentidos	K
postfam1	existe vários tipos de postura.postura na sociedade, postura ética, postura familiar para cada ocasião nos devemos ter uma postura coerente.	é uma palavra com muitos sentidos.	K
postfam2	Há duas posturas, a que vem da cabeça,	vários sentidos	K
postfam2	tem a postura física onde o indivíduo se mantém frente ao espaço como sentar, andar, levantar, etc...	mover-se	M
postfam23	É a forma de sentar, de se deitar, enfim esse tipo de coisa, principalmente quando você está numa aula, numa palestra, a gente se pôr de maneira correta.	mover-se	M
postfam24	um posicionamento direcionado a um estado físico, por exemplo, sentado, em pé, deitado.	mover-se	M
postfam26	a forma de andar, posição no sentar entre outras.	mover-se	M
postfam28	a maneira da pessoa sentar, deitar, se sentar correto ou não.	mover-se	M
postfam12	Postura é a posição do nosso corpo com que nós sentamos, andamos, deitamos quer seja certa ou errada	mover-se	M

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam18	é o jeito correto da pessoa se sentar, andar, fazer as coisas	mover-se	M
postfam20	Eu entendo por postura...que ela faz parte do nosso dia a dia, pois tudo o que vamos fazer é preciso uma boa postura.	mover-se	M
postfam21	Pra mim postura é andar, sentar corretamente.	mover-se	M
postfam7	Minha postura é errada, porque no meu dia-a-dia eu não tenho tempo de me avallar quando me levanto e sento. Eu não presto atenção.. Não me sento adequadamente e isso vai prejudicando minha postura.	está relacionada a forma de mover-se.	M
postaluno1	a pessoa ta com a coluna reta para andar de forma correta, sentar direitinho	está relacuonada à forma de mover-se.	M
postfam1	Devemos sempre ter uma postura correta em relação a coluna vertebral e todas partes do corpo.	posição do corpo	N
postfam28	pode significar o conjunto das características físicas da pessoa, por exemplo se em pé fica reta	posição do corpo	N
postfam11	É como si posicionar.	é a posição do corpo no espaço.	N
postfam14	É a postura adequada ao teu corpo	forma do corpo	N

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam15	sem problemas de coluna	posição do corpo	N
postfam22	Ter postura é ter a coluna ereta	posição do corpo	N
postfam23	Eu acredito que seja um bom posicionamento estrutura óssea.	posição do corpo	N
postfam26	Postura vem do estado fisiológico, Quando falamos de postura não estamos nos referindo só a coluna, mas no corpo como todo	posição do corpo	N
postfam6	pode ser relacionado a anatomia,	é a posição do corpo no espaço.	N
postfam11	como si comporta também as vezes	comportamento	O
postfam20	é saber se comportar.	comportamento	O
postfam21	é a forma que o indivíduo se porta diante da sociedade, a postura de ser discreta, educada.	comportamento	O
postfam2	tem a postura frente a sociedade, a pessoa, aquela em que a pessoa se comporta em cada situação em que a vida ou as próprias atitudes da pessoa seja boa ou ruim certa ou errada, nos leva a trilhar um caminho, um destino.	comportamento	O

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam22	Comportamento com certeza influencia em sua postura corporal.	comportamento	O
postfam28	a maneira como a pessoa lida com as situações da vida, frente a alguma situação ela pode ter uma postura correta, como saber o que fazer, como fazer da melhor forma possível e pode ter uma postura incorreta a pessoa resolver alguns problemas mas não com uma postura correta, não agiu da melhor forma	comportamento	O
postfam17	é a forma como o indivíduo se apresenta, comporta diante da sociedade: entre vários momentos dentro do meio familiar, trabalho, lazer;	comportamento	O
postfam25	É a forma que uma pessoa se comporta perante as situações. Esse comportamento pode ser de stress ou histérico perante um fato que a afeta de forma agressiva; podendo ser tímido ou encabulado perante um fato constrangedor ou comportamento que mostra alegria se o fato é agradável. O comportamento de histeria pode ser causado por cargas muito forte igual a das fã's, por exemplo quando se encontram com os ídolos . enfim postura é a forma ação que uma pessoa tem, é como uma pessoa age. É a forma que uma pessoa se comporta perante as situações. Esse comportamento pode ser de stress ou histérico perante um fato que a afeta de forma agressiva; podendo ser tímido ou encabulado perante um fato constrangedor ou comportamento que mostra alegria se o fato é agradável. O comportamento de histeria pode ser causado por cargas muito forte igual a das fã's, por exemplo quando se encontram com os ídolos . enfim postura é a forma ação que uma pessoa tem, é como uma pessoa age. Existe até pessoas que só engolem o assunto (mas se remoendo por dentro), tendo uma postura formal ou pessoas que gritam e quebram tudo. tendo uma postura agressiva e informal.	comportamento	O

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam12	ter uma boa postura perante à sociedade tanto fisicamente como socialmente.	atitude	P
postfam14	a postura em relação à sociedade	atitude	P
postfam1	para cada ocasião nós devemos ter uma postura coerente. Em certas ocasiões é muito difícil escolher o tipo de postura que devemos tomar, mas se não fosse assim a vida seria muito sem graça, pois não haveria nenhuma surpresa todo seria muito simples de se resolver.	atitude	P
postfam2	tem a postura frente a sociedade, a pessoa, aquela em que a pessoa se comporta em cada situação em que a vida ou as próprias atitudes da pessoa seja boa ou ruim certa ou errada, nos leva a trilhar um caminho, um destino.	atitude	P
postfam6	a nossa postura como profissional, como ser humano, que é a mais difícil. De acordo com cada situação em nossa vidas, temos uma postura, uma atitude diferente, que nem sempre agrada as pessoas que estão a nossa volta, muitas vezes a postura que tomamos frente a uma problemática que se apresenta acaba criando outros conflitos.	atitude	P
postfam19	Postura é ter caráter. É saber lidar com as situações à cada ambiente frequentado.	atitude	P
postfam24	é um posicionamento relacionado a opinião, mas não sobre o tipo de opinião e sim de como colocar esta opinião para outra pessoa, de como escolher o momento correto para expressar esta opinião, saber se deve ou não expressar determinada opinião em determinados momentos. Ambos os tipos existem duas interpretação a correta e a errada. Que é pré-disposto por alguém ou por um grupo de pessoas onde, determinam	é uma atitude frente ao mundo.	P

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam27	<p>qual é o certo e qual é o errado, mas na verdade, por esta ser uma questão individual, onde o errado para alguns pode ser o correto para outros e vice versa.</p> <p>Eu acho que postura é a somatória dos aspectos físicos mais a personalidade do indivíduo. O resultado da sua postura vem da sua reação perante as emoções vivenciadas. Pessoas que conseguem encarar os seus problemas, são desinibidas, comunicativas, geralmente mantêm uma postura física mais "alongada", mantêm o olhar para o horizonte, cabeça erguida, peito aberto. Por outro lado os indivíduos que são mais "fraco" para os problemas, mais acanhados não gostam de ser percebidos tentam a se fechar projetando os ombros para frente adotando uma postura corcunda, olhar baixo, sem comunicação.</p>	atitude	P
postfam3	as características morais de uma pessoa, característica que dizem respeito a valores, conceito, percepções, reações... Qual é a postura perante uma traição, ou seja, qual a sua reação, sua percepção relacionada a uma traição? Eu também interpreto postura como a índole de uma pessoa. Por exemplo, a minha postura é de uma pessoa que apesar de nova já sofreu muito, portanto eu me classifico como uma pessoa responsável que pensa muito antes de fazer qualquer coisa, pois tenho consciência de que o resultado de meus erros podem fazer muita gente sofrer. Minha postura em relação a meu pai, por exemplo é uma postura fria e distante mas que só se torna assim por auto defesa...	é uma atitude frente ao mundo.	P
postfam9	Postura é uma conduta ética, de caráter, honestidade que será carregado para o resto de nossas vida.	é uma atitude frente ao mundo	P
postfam17	a postura revela a vida, cotidiano, comportamento e a personalidade do indivíduo, a postura, medos, prazer e coragem.	forma de expressão	Q

ANEXO 10

Anexo 10

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos alunos quando perguntados “O que você entende por postura?”

Postura em escolares 2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
no3	Quanto melhor a postura, mais saudável, ajuda a digestão e não fica corcunda.	a boa postura melhora a saúde e previne problemas futuros.	A
no4	Se sentir bem, confortável.	a boa postura melhora a saúde e previne problemas futuros.	A
no11	corpo são, mente sã.	melhora a saúde	A
no2	nada	não sabe dizer o que é.	D
no10	Não sei dizer.	não sei dizer	D
ino1	a pessoa ta com a coluna reta para andar de forma correta, sentar direitinho	está relacionada à forma de mover-se.	M
ino6	é andar sempre reto, adequadamente, sentar reto, certo, ombro para trás.	está relacionada à forma de mover-se.	M
ino8	Postura correta de se sentar, de andar, carregar peso.	está relacionada à forma de mover-se.	M
ino9	como a pessoa anda, como ela senta,	como se move	M
ino5	tem que ser reto	é a posição do corpo no espaço. é uma resolução orgânica.	N

Postura em escolares

2 - O que você entende por postura?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postaluno7	ereta	é a posição do corpo no espaço. é uma resolução orgânica.	N
postaluno9	um bom posicionamento corporal	é a posição do corpo no espaço; é uma resolução orgânica.	N
postaluno12	É uma postura ereta, certinha, com a coluna no lugar	posição do corpo	N
postaluno9	como a pessoa se porta diante de algumas situações do seu dia-a-dia, qual seu comportamento, como ela age enfim qual sua postura.	comportamento	O

ANEXO 11

Anexo 11

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos profissionais de saúde quando perguntados “Você acha que se aprende postura na escola? “

o que você entende por postura 6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave		Idéia Central	
if 7	Sim., porque a postura em criança me preocupa com certeza.	sim, previne complicações	A
if 11	Sim porque eles sempre estão passando informações. é nesse momento, que a criança vai na escola que nós precisamos nos preocupar.	sim, previne complicações	A
if 34	Sim, a postura de comportamento pode ser moldada na escola pode melhorar ou piorar dependendo do que a pessoa procura, sendo assim muitas vezes a postura é flexível. E o outro tipo de postura pode ser modificada ao passar do tempo devido a carteiras e modo de sentar-se, podendo ocorrer vários problemas posturais. É muito importante para o futuro delas, específico pra crianças, principalmente por causa da forma como elas se posicionam nas carteiras escolares, como elas levam o material para a escola. Então os medos dos adolescentes, como eles vão entrar na adolescência, na postura, a timidez, o que vai acarretar com certeza no futuro, problemas para elas. Eu acho que se pegar desde o início,na prevenção, com certeza você vai ter menos problemas no futuro para elas.	sim, previne complicações	A
if 42	Sim aprendo a fazer as correções.	sim, previne complicações	A
if 57	Eu acho que é um tempo que pode haver formação de má postura, as crianças ficam muito tempo em determinada posição. É importantíssimo que haja educação de postura, que as pessoas orientem, eduquem, que comecem a conscientizar as crianças de como fazer as coisas bem feitas. Se conscientizem que devem cuidar do corpo, da coluna e assumir uma boa postura, para não desenvolver muitos problemas posturais.	sim, previne complicações	A
if 1.	é importante, pois é nela que precisamos se preocupar para evitar futuras complicações. Então eu acho que um pouco sim, do tipo assim "olha a postura na cadeira".	sim, previne complicações no futuro.	A

o que você entende por postura
6 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof2	Sim, a postura em crianças se ensina na escola, mas não da maneira que deveria.	sim, mas não da maneira que deveria	B
postprof 13	Eu acho que devia ser a primeira coisa que elas deveriam aprender, assim, eu acho a escola um negócio muito falho, prepara ela para passar no vestibular e não para a vida, sai da escola sendo programado para o sistema e já entra na faculdade, você tem que escolher uma coisa, quando você é criança ainda, você não saiu para a vida, você está sendo uma ovelhinha do sistema e você não sabe o que realmente você quer, sem evoluir nas suas habilidades, o sistema dá vinte coisas, você tem que se encaixar nela, você não pode dar as suas idéias, você não pode escutinar suas idéias.	sim, não é feita da melhor forma	B
postprof 19	Depende da escola, do método e da Instituição. Os professores não chamam muita atenção de posição em cadeiras.	sim, mas não é feita da melhor forma	B
postprof 27	talvez. Muitas vezes até o professor passa o conceito de postura, sim.	sim, mas não da melhor forma	B
postprof 43	Sim, claro que depende da escola e do grau de educação de cada um, na verdade postura é dada dentro de casa no dia-a-dia com os pais, os pais dão postura correta e a escola apenas nos mostra a continuação dessa postura e o que essa postura pode nos dizer.	Sim, claro que depende da escola e do grau de educação de cada um	B
postprof 44	Acho que sim, mas os professores não passam de maneira adequada e correta para os alunos	sim, mas não da melhor maneira	B
postprof 54	Sim ... acho que se aprende o que é convencional. A postura, por exemplo, a postura em pé, a postura sentada, mas isso não é via de regra, porque cada indivíduo... ele apresenta um tipo de postura você sabe no livro o que é pra se ter uma postura ideal de pé, exemplo. Mas cada indivíduo ele assume um certo tipo de postura, então eu acho que aprende o convencional porém não	Sim ... acho que se aprende o que é convencional. A postura, por exemplo, a postura em pé, a postura sentada, mas isso não é via de regra	B

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 1	<p>é o que a gente segue</p> <p>Também depende da escola, do curso, do grau de escolaridade que esta fazendo.</p>	SIM, MAS NÃO É FEITA DA MELHOR FORMA	B
postprof 31	esses programas de correção postural na escola devia ter um pouco mais de divulgação para a população. Não são todas as pessoas que têm essa possibilidade de fazer um programa de correção postural, porque as vezes a informação não chega, ou chega defasada.	sim, mas não é feito da melhor forma	B
postprof 3	não se aprende só na escola...em casa também. É preciso se conscientizar desde cedo, porque depois fica mais difícil	sim, mas não só na escola	C
postprof 14	se aprende com a vida social da pessoa...então acho que aprende também na escola, em todo lugar...	sim, mas não só na escola	C
postprof 23	Acredito que postura seja somatória de educação aprendida na escola, educação vinda de casa passada por nossos pais e também a própria personalidade do indivíduo. Algumas vezes fatores externos, negativos, ou seja tristeza, doença, depressão, falta de recursos, leva o indivíduo a alterar sua postura, tornando-se pessimista ou negativista. E algumas vezes fatores positivista como alegria, vitória, conquistas, transformam um indivíduo e o fazem tomar postura diferente para uma mesma situação. Portanto se torna uma somatória.	sim, mas não só na escola	C
postprof 24	Eu acho postura não é aprendido totalmente na escola, pois a educação que o indivíduo recebe em casa com seus familiares é muito importante, formando o indivíduo para sua adequação com a sociedade, e com isso na escola o indivíduo já tem sua postura formada, o que pode vir acontecer é uma postura deste indivíduo ser influenciada. mas não aprendida	sim, mas não só na escola	C

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave	Idéia Central	
if 30	A postura na verdade se aprende em casa, a escola interfere um pouco, mas não ensinam na escola. A postura também muda com o tipo de personalidade a escola participa, mas de uma forma indireta.	sim, mas não só na escola
if 32	Talvez, acredito que cada criança até a idade escolar já tem muito da sua postura formada, porque elas sempre se espelham nos pais, na escola esta postura pode sofrer algumas mudanças, deixando assim difícil de saber onde exatamente é formada a postura de cada pessoa.	sim, mas não só na escola
if 38	Também! Depende o que você entende por postura. A postura que eu entendo é o agir, reagir com o que tem em volta. E na escola, as vezes é nos imposto algumas posturas.	sim, mas não só na escola
if 46	Difícil colocar a responsabilidade na escola, mas de certa forma se aprende a ter uma boa postura e se aprende a conviver em grupo	sim, mas não só na escola
if 49	Às vezes ela é apreendida na escola, outras vezes é adquirida, querendo ou não.	sim, mas não só na escola
if 43	na verdade postura é dada dentro de casa no dia-a-dia com os pais, os pais dão postura correta e a escola apenas nos mostra a continuação dessa postura e o que essa postura pode nos dizer.	sim, mas não só na escola
if 4	Com o professor de fisio, sim!	depende de um profissional especializado
if 5	Não. Infelizmente não mas tinha que aprender para se ter uma base de boa postura desde criança e evitar futuras complicações.	não, mas deveria

o que você entende por postura
6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 35	Acho que não, às vezes nos primeiros anos escolares, alguns professores até tentam corrigir a postura do aluno, mas isso só ocorre no começo, pois depois de um certo tempo ninguém se preocupa com isso e nem lembra que ela existe.	não, mas deveria E
postprof 31	Não. Prova disso é quanto as crianças estão tendo problemas posturais cada vez mais cedo: Ex: cadeiras inadequadas, posturas incorretas na sala de aula, peso excessivo nas mochilas etc.	não, mas deveria E
postprof 35	Não, pois se aprendêssemos não haveria tantas patologias resultantes de uma postura na infância, em geral, no ensino fundamental. Mas deveria se preocupar com isso, pra evita esses problemas que aparecem na escola	não, mas deveria E
postprof 48	Não, porque acho que não tem nenhum tipo de programa específico pra postura.	não, mas deveria E
postprof 49	Não de maneira nenhuma, acho que a escola as vezes até atrapalha.	não, mas deveria E
postprof 50	Eu acho que não. Pelo menos não é essa a minha referência.	não, mas deveria E
postprof 51	Infelizmente não. Porque a gente vê até acho que as professoras reforçam a postura "Inadequada" reforçam não elas alertam pra postura inadequada por exemplo se a criança tá quase escorregando na cadeira, olha senta direito fulaninho olha a postura, mas eu acho que o ensinar o correto eu acredito que eles não fazem.	não, mas deveria E
postprof 59	Eu acho que não, mas que deveria, até pra criança que vai aprender a escrever aprender a sentar de maneira correta. Deveria aprender, mas eu eu não vejo isso. eu acho que não se aprende	não, mas deveria E

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 55	Eu acho que não, porque falta orientação relacionada a postura, falta orientação por carência de profissionais da área para orientando as crianças tanto as crianças na escola como os professores.	não, mas deveria	E
postprof 56	<p>A primeira fase da vida, onde normalmente quando as pessoas convivem ou começam a crescer tem um leigo como orientador da postura. Então na infância é muito pouco cobrada a postura. Já na adolescência, a irreverência própria da adolescência não permite que façam grande coisa nesse sentido. A irreverência, ela acaba atrapalhando qualquer método, qualquer processo de correção postural. As dificuldades são as cabeças dos indivíduos a se adaptarem aos métodos de correção. É como aqueles coletes que se usavam antigamente que só deixavam o adolescente mais tímido, mais fechado. Só piorava a postura.</p> <p>Para que ocorra a correção postural tem que trabalhar muito bem o aspecto psicológico da pessoa, porque muitas vezes a pessoa tem problemas psicológicos que alteram a postura e fazer disso uma doutrina, uma perseverança. Precisa da dedicação da pessoa que está se submetendo. Acreditar num método de correção postural é uma coisa e acreditar nas pessoas que se submetem ao método é outra coisa. Essa é a grande dificuldade do fisioterapeuta, é a persistência do paciente, é a consciência. Ele vai se sentindo cansado daquele processo que é demorado, ele vai ficando enjoado de repetir as mesmas coisas. Ele tem que ser perseverante.</p> <p>A dificuldade de ensinar postura na escola é porque a criança não é envolvida no seu dia a dia com a postura. Qualquer trabalho que você faça na escola, a criança vai fazer uma ou duas horas de correção postural e no resto de seu dia ela dorme mal, se alimenta mal, não tem nenhum cuidado porque ninguém cobra dela postura mais adequada, nem as adverte quanto a isso. Mas é uma forma de se começar. Mas a gente tem que persistir por muito tempo. Ainda tem que desenvolver no aspecto social, como é que ela em casa, quais as condições que ela tem para seguir um programa de correção postural que é colocado a ela. Mas a médio e longo prazo a gente vai melhorando a cabeça das pessoas.</p>	não, mas deveria	E

o que você entende por postura
6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 6	a escola pode influenciar tanto de forma positiva como negativa, mas melhor não ensinar.	pode, mas não deveria F
postprof 17	E não acho que se aprende na escola, porque desde que nasce a pessoa já tem postura.	a postura é individual G
postprof 23	Não. Eu acho que a postura "emocional" as pessoas já nascem com ela e a outra postura muitas vezes é decorrência da emocional.	a postura é individual G
postprof 6	Eu acho que postura é individual e depende de vários fatores, inclusive sociais.	a postura é individual G
postprof 27	Depende muito do aluno. mas vai de cada pessoa seguir o correto...É... mas qual a postura correta?	postura é uma questão individual G
postprof 54	cada indivíduo apresenta um tipo de postura; você sabe através do livro como é pra se ter uma postura ideal de pé, por exemplo. Mas cada indivíduo ele assume um certo tipo de postura, então eu acho que aprende o convencional porém não é o que a gente segue	a postura é individual G
postprof 12	Acredito que sim.	sim H
postprof 53	Sim ... sem dúvida.	sim H
postprof 8	não	não I

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 9	não	não	I
postprof 39	postura física não se aprende na escola.	não	I
postprof 16	Sim, pelos vários fatores de influência comportamental	Sim, do pnto de vista comportamental	J
postprof 18	Sim porque a escola tem que fazer parte da educação. A criança de hoje é o adulto de amanhã. Se não der essa educação ela será um desequilibrado no futuro.	sim, do ponto de vista de atitude e comportamento	J
postprof 27	Sim, à escola é um ambiente em que cada dia somos submetidos as coisas diferentes. E temos um reação para cada tipo de situação, sendo assim nossa postura é alterada diariamente sobre as situações que nos são impostas. Portanto, aprendemos assim à lidar com vários tipos de situação e vemos como reagimos a cada uma delas.	sim, do ponto de vista da atitude e comportamento	J
postprof 22	De um modo geral postura se aprende na vida, uma parte aprendemos na escola porque nela o aluno passa grande parte de sua vida. Depende, assim, dos acertos e erros da vida, a gente adquiri conhecimento e postura frente ao problema ou caso cada um é responsável por si mesmo podemos, escolher nossa postura frente as adversidades. Na escola é onde começamos a formar nossa postura frente aos problemas que começam acontecer.	sim do ponto de vista da atitude e comportamento	J
postprof 26	É claro que a escola abre a mente para diversas coisas, inclusive sua postura perante a sociedade e a si mesmo. É nela que nos mostramos as diversas visões da vida, e aprender ater discernimento para agir conforme nossos conceitos.	sim, do ponto de vista da atitude	J

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave		Idéia Central	
postprof 29	se eu tiver falando da postura em relação a sociedade, quanto a educação,... aí sim a postura é dada e aprendida também na escola. E se foi a postura em relação, ao modo de se comportar, ela também pode ser dada na escola, às vezes passado por alguma situação você pode adquirir uma postura na escolas e leva-la p/ o resto da vida.	sim, do ponto de vista de atitude e comportamento	J
postprof 39	Depende do Interesse, no caso do aluno, se ele quer ou não aprender a "se comportar", mas nesse caso, seria postura frente à situações, porque postura física não se aprende na escola.	Depende do interesse, no caso do aluno, se ele quer ou não aprender a "se comportar", mas nesse caso, seria postura frente à situações	J
postprof 33	Na escola é colocado em prática a postura adquirida em casa. A boa base da postura do indivíduo, um exemplo e condutas dentro de casa. E quando a criança sai de casa já tem que saber qual conduta, a postura que tem que ter em cada atitude.	é em casa que se aprende	K
postprof 36	Acho que a postura se aprende em casa, com a família sendo a base, o alicerce. Pois é muito comum observarmos que as crianças querem ter a mesma profissão do pai ou da mãe, pois vêem os pais como espelho, mas com certeza terão algumas posturas muito parecidas com as dos pais.	é em casa que se aprende	K
postprof 32	Não, toda e qualquer postura que uma pessoa tem, em relação à sociedade e à seu próprio corpo é adquirida, é aprendida dentro de casa, ou mesmo influenciada pela sociedade e também pela sua forma física	Não, toda e qualquer postura que uma pessoa tem, em relação à sociedade e à seu próprio corpo é adquirida, é aprendida dentro de casa	K
postprof 41	Não. Às vezes a escola ajuda em alguma coisa, mas isso aprendemos em casa, pois faz parte da educação.	é em casa que se aprende	K
postprof 45	Não, depende dos ensinamentos recebidos em casa, da cultura, dos valores e saberes de cada família.	é em casa que se aprende	K

o que você entende por postura
6 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 46	acho que a postura também vem de casa do convívio com a família e a educação que os pais ensinam.	é em casa que se aprende K
postprof 10	Mas postura é uma coisa séria porque as crianças quando está em fase de crescimento precisa crescer com postura boa.	Postura é coisa séria L
postprof 17	A postura em criança me preocupa porque, é desde criança que a pessoa vai criar a postura que ela vai ter quando adulta.	a postura de criança é uma coisa séria L
postprof 10	Não, postura é uma coisa que se aprende na vida.	não, postura se aprende com a vida M
postprof 17	Eu acho que a postura não se aprende na escola, pois os professores podem até comentar por exemplo para que os alunos fiquem quietos e respeitem a sua aula, mas a maioria dos alunos ficam quietos na hora e depois começa de novo. A postura já vem com o ser humano se comporta em certas situações (postura) irá depender também do que ele já passou diante daquela situação.	não, postura se aprende na vida M
postprof 37	Influenciada pela sociedade e também pela sua forma física	se aprende na sociedade M
postprof 46	a postura e se aprende a conviver em grupo, com as pessoas	não, a postura se aprende com a vida M
postprof 15	De uma certa forma sim, pois através do convívio entre pessoas é um processo de desenvolvimento mental e corporal.	sim, é importante do ponto de vista social e corporal N
postprof 28	Talvez a postura de como se comportar com os outros, na presença dos mais velhos...Também é na escola que você aprende a ter uma postura física	é importante do ponto de vista social e corporal N

o que você entende por postura

6 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
postprof 1/10	<p>correta, não ter uma postura errada...</p> <p>Sim, a convivência com outras pessoas influencia a formação da personalidade e da postura do aluno. As instituições impõem regras, normas, são exigentes, o aluno absorve tudo isso e se adapta a isso.</p>	é importante do ponto de vista social e corporal	N
postprof 3/4	<p>Sim, a postura de comportamento pode ser moldada na escola pode melhorar ou piorar dependendo do que a pessoa procura, sendo assim muitas vezes a postura é flexível. E o outro tipo de postura pode ser modificada ao passar do tempo devido a carteiras e modo de sentar-se, podendo ocorrer vários problemas posturais. Eu acho super interessante esses programas de correção postural na escola, mas devia ter um pouco mais de divulgação para a população. Não são todas as pessoas que têm essa possibilidade de fazer um programa de correção postural, porque as vezes a informação não chega, ou chega defasada. É muito importante para o futuro delas, específico pra crianças, principalmente por causa da forma como elas se posicionam nas carteiras escolares, como elas levam o material para a escola. Então os medos dos adolescentes, como eles vão entrar na adolescência, na postura, a timidez, o que vai acarretar com certeza no futuro, problemas para elas.</p>	é importante do ponto de vista social e corporal	N

ANEXO 12

Anexo 12

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos professores e funcionários de escola de primeiro e segundo grau quando perguntados “Você acha que se aprende postura na escola?”

Postura			
2 - você acha que se aprende postura na escola?			
	Expressões Chave	Idéia Central	
6	Aprende sim, dependendo do educador, se o educador entende que o aluno precisa sair da escola totalmente corrigido, completo, ele tem que pensar que não é só o conteúdo que ele deve passar, ele também deve transmitir uma vivência pra esse aluno como se comportar perante a sociedade.	sim, previne complicações	A
21	Sim, nas aulas de educação física pode aprender como sentar adequadamente, como andar adequadamente.	sim, previne complicações	A
23	depende, tem o professor de educação física que ajuda, o professor de ciências, mas eu também eu cobro postura do aluno, porque se ele não fica com a postura boa ele vai ter problemas. Como eles estão em fase de crescimento, eles vão ter problemas, pode ficar corcunda, ter problemas de tendinite, tudo isso é postura, tem que ter postura pra tudo até pra escrever.	sim, previne complicações	A
28	aprende-se postura na escola, mas não só a postura física e sim a psicológica, pois as crianças na escola aprendem o que se deve ou não deve fazer em grupo, com os outras pessoas ou colegas de sala, como se deve tratar o professor e etc..	sim, evita complicações	A
31	Postura física com certeza, se não de uma forma direta, aprende-se de forma indireta nas aulas de educação física, por exemplo. Agora, postura de conduta com certeza aprende-se de forma indireta, pois atrás de nossos aprendizados com relação à diferentes matérias, acabamos montando nossa personalidade e assim, conseqüentemente, nossa postura.	sim, previne complicações	A
30	depende da situação	sim, mas depende	B

Postura

2 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave	Idéia Central
<p>postesc10</p> <p>Eu acho que sim, também na escola. Uma das formas de aprendizado mais importante, é por demonstração, o exemplo que são observados e que são seguidos ou não por quem os observa. Na realidade todos temos uma postura, um comportamento, só que nos relacionamos com as pessoas nós moldamos nossa postura, ou mudando algum tipo de comportamento, ou reforçamos mais ainda nossa forma de pensar e por conseguinte nossa postura. Particularmente em minha vida eu procuro me espelhar em pessoas que admiro e em exemplos que deram certo, acredito que não precisamos errar para aprender, às vezes observando os erros dos outros também aprendemos, ou seja podemos ao relacionarmos com as pessoas, seguir, adotar um comportamento ou negá-lo mais ainda.</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc14</p> <p>Eu acho que não só na escola, eu acho que postura se aprende em todo lugar desde que a pessoa seja uma boa observadora, ela observa nos outros aquilo que pode ser bom pra ela.</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc22</p> <p>Sim também em casa, na escola.</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc26</p> <p>Sim, aprende-se tanto na escola como a postura também ela vem de casa</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc27</p> <p>Também.</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc29</p> <p>aprende, porque normalmente a gente tá sempre corrigindo o aluno, falando: olha senta direito, fica certinho, cuidado com a coluna... Não só em casa, mas na escola se aprende sim.</p>	<p>sim, mas não só na escola</p> <p>C</p>
<p>postesc1</p> <p>Não. Acho que pelo contrário, na escola nunca a gente é chamado à atenção de que tipo de postura você deve ter em cada situação. Há os</p>	<p>não, mas deveria</p> <p>E</p>

Postura**2 - você acha que se aprende postura na escola?**

	Expressões Chave	Idéia Central	
postesc2	alunos que geralmente usam mochilas erradas com muito peso de um lado só, sentam errado... Não, mas devia aprender.	não, mas deveria	E
postesc9	Não, as crianças de hoje estão ficando cada vez com mais problemas de coluna, carregando mochilas pesadas, sentando de maneira errada. Em relação do comportamento, as crianças não estão tendo limites, os pais não estão sabendo lidar com isso.	não, mas deveria	E
postesc11	Não, antigamente acho que a gente até aprendia, em educação física, mas ultimamente não.	não, mas deveria	E
postesc15	Hoje em dia não.	não, mas deveria	E
postesc16	Não, hoje em dia não.	não, mas deveria	E
postesc17	Não, com certeza não. A maioria dos alunos sentam na carteira torto, de maneira errada, ficam curvados. As vezes agente ainda consegue concertar alguns, melhorando a postura, mas no geral eu acredito que não.	não, mas deveria	E
postesc18	Não. Não faz parte do currículo nem no currículo normal nem extra oficial. Ensinar postura é a física principalmente e a postura moral a escola não consegue ensinar porque o tempo é muito, muito pouco. Não existe um plano detalhado pra ensinar as pessoas se posicionarem moralmente em relação a certas coisas com forma ética. Não se ensina ética em escola, talvez em escola particulares. Em escola pública não existe esse projeto.	não, mas deveria	E

Postura**2 - você acha que se aprende postura na escola?**

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc20	Não se aprende postura na escola, por mais que a gente ensine a postura pra um aluno, ele sempre se esquece, se arqueia e a gente fala das doenças que pode causar mas ele não dá atenção a isso.	não, mas deveria	E
postesc7	Eu acho que sim	sim	H
postesc13	Sim, acredito que sim	sim	H
postesc3	não	não	I
postesc4	Não, de jeito nenhum.	não	I
postesc5	Não.	não	I
postesc8	Não .	Não .	I
postesc25	Não. Acho que não.	não	I
postesc32	não	não	I

Postura

2 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave		Idéia Central	
postesc33	De maneira alguma.	não	I
postesc12	Com certeza, pois o dever dos professores é ensinar a criança, os alunos à como se comportar corretamente. É em criança nesta idade que se aprende à como se comportar tanto corretamente como incorretamente. Por isso eu acho que tem que ensinar postura, mas não é fácil...	sim, mas do ponto de vista de comportamento	J
postesc19	postura se aprende desde do berço, com os pais.	é em casa que se aprende	K
postesc24	Não necessariamente, a postura se adquire através de uma determinada educação, através dos dias, acaba se aprendendo sempre.	não, postura se aprende na vida	M

ANEXO 13

Anexo 13

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos familiares quando perguntados “Você acha que se aprende postura na escola?”

postura 2
1 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
14	sim, pois se postura fosse ensinado na escola poderia ser evitado vários problemas de saúde.	sim, previne complicações	A
17	sim, porque quando você é criança, ta no ginásio os professores até ensinam como você tem que sentar	sim, previne complicações	A
114	Talvez, como na infância passamos bastante tempo na escola pode ser que a criança aprenda com seus colegas, às vezes até aprende errado, mas até pode aprender correto. Por isso é legal aprender com os professores, pois se aprende errado é muito difícil corrigir futuramente.	sim, previne complicações	A
123	Com certeza à partir do momento que as pessoas vão à escola tem aquele problema da mochila já é um erro é o começo do erro, ta acostumado a carregar aquela mochila enorme aquele carrinho. É muito importante.	sim, previne complicações	A
13	Acho que a escola pode influenciar muito, depende muito de como a pessoa está "aberta" para tais conceitos,	sim, mas depende	B
111	Aprende claro, depende do professor que tiver ensinando.	sim, mas depende do professor	B
116	As professoras no colégio brigam pra gente se arrumar na carteira, mas "enche o saco", as carteiras são ruins...O mundo ta ficando moderno, e acho que as crianças também e pra mim isso é legal. Ah! e a postura deve ser a mesma coisa que era comigo no colégio.	sim, mas não é feita da melhor forma	B
124	Na escola pelo indivíduo estar em formação, tanto física quanto psíquica, tenta-se ensinar um padrão, tenta enquadrar todos em uma determinada maneira, em uma determinada postura mas nem todos se enquadram. Eu acho que se ensina postura na escola, ou pelo menos tentam, mas não se aprende postura na escola.	sim, mas não da melhor forma	B

postura 2**1 - você acha que se aprende postura na escola?**

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam28	A postura social acho que é uma coisa que as escolas tentam ensinar, a postura física acho que é mais deixada de lado. Algumas escolas são mais rígidas, nessas escolas acho que se pode aprender um pouco de postura	sim, mas não é feita da melhor forma	B
postfam6	A escola participa em alguns instantes, mas creio que essa postura vem de casa, da família.	sim, mas não só na escola	C
postfam9	deveria ser um complemento de sua família, porque é da infância que se carrega uma postura.	sim, mas não só na escola	C
postfam19	na escola nos somatizamos à postura, ou seja, adquire-se um pouco mais pois a maior contribuição para ganho de postura é adquirido em casa, com a família, pois é onde passamos o maior tempo, ou seja é a nossa essência. Mas a postura também pode ser mudada de acordo com os grupos escolhidos...onde ele vive ou viveu....	sim, mas não só na escola	C
postfam25	A pessoas vão adquirindo postura desde a infância, inclusive na fase escolar. A educação que a criança recebe, como os pais tratam essa criança e como eles se tratam na frente dela, vão formando a postura. As amizades e influências, situações em que elas são colocadas, exemplo que lhe são mostrados; E isso pode mudar de acordo com o crescimento do indivíduo, com experiência vividas e com a forma que ele vê o mundo, ou melhor, a postura do indivíduo pô der mudada de acordo com sua maturidade, porém acho que a base dessa postura, que é adquirida até mesmo durante a fase em que é apenas em bebê, não muda.	sim, mas não só na escola	C
postfam26	A criança na escola tem a mesma postura que os pais ou professores.	sim, mas não só na escola	C

postura 2**1 - você acha que se aprende postura na escola?**

	Expressões Chave	Idéia Central	
postfam7	só se tiver uma técnica de fazer freqüentemente dá certo, mas se erra custa futuramente.	depende de especialização	D
postfam10	Os professores, a escola devia tá fazendo isso, mas eu não acho que tá acontecendo isso	não, mas deveria	E
postfam15	Hoje em dia existem muitos jovens com problemas de coluna, mas eu não acho que se aprende postura na escola. Deveria ser ensinado, mas a gente não vê isso na escola, não ...	não, mas deveria	E
postfam18	Não, basta nós analisarmos, e percebermos que estamos em uma postura inadequada.	não, mas deveria	E
postfam22	Deveria, mas infelizmente não acontece e se acontece os alunos não dão importância.	não, mas deveria	E
postfam26	Postura na escola poderia se aprender, mas os professores não dá ênfase a isso, acha que é bobeira.	não, mas deveria	E
postfam27	Não, na escola não se aprende nem a postura física, quanto mais a postura atitude. O professor só se preocupa em passar o seu conteúdo, e não com as pessoas que estão assistindo sua aula. Isso é uma coisa que preocupa, porque a escola devia prestar atenção nisso	não, mas deveria	E
postfam5	De algumas pessoas sim	sim	H
postfam12	Sim.	Sim.	H

postura 2

1 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam5	de algumas pessoas não	não	I
postfam1	sim. A escola é o primeiro contato com a sociedade, com pessoas que você não conhece e que vai ter que se acostumar e conviver como um grupo. Você aprende qual a postura deve levar em consideração ao conviver com pessoas diferentes de você.	sim, do ponto de vista de atitude e comportamento	J
postfam2	Sim, o indivíduo pode adquirir os conceitos na escola e com isso, aprende-los e fazer com que se torne parte de seus conceitos e atitudes.	sim, como comportamento	J
postfam13	na escola se aprende muitas coisas pelas trocas com os outros...	sim, como atitude e comportamento	J
postfam20	postura vem de casa...é como educação...ninguém aprende na escola...Porque escola foi feita para ter cultura, um bom diálogo pra enfrentar o mundo dos negócios...	é em casa que se aprende	K
postfam28	a família é a que ensina mais a postura correta tanto social como física, pois não é fácil lidar com as posturas.	é em casa que se aprende	K
postfam7	A postura de criança me preocupa, porque elas estão tendo um desenvolvimento muito rápido elas atropelam a idade delas, elas não estão fazendo o que uma criança de 5 anos faz na idade delas, estão agindo como uma criança de 10 anos. Futuramente ela vai estar agindo muito mais errado e não sabem o que estão fazendo. Eu acho que uma grande parte dos pais estão errando, porque eles estão deixando as crianças agirem como querem. Elas jogam muita culpa na escola achando que é culpa da escola, e só dá uma orientação para complementar o que os pais ensinam em casa.	postura de criança é muito séria	L

postura 2

1 - você acha que se aprende postura na escola?

Expressões Chave		Idéia Central	
postfam8	Não! Mas as vezes tem que se preocupa, se precisa levar ao médico.	é uma coisa séria	L
postfam2	Não, o individuo têm conceitos dados na escola, mas não os leva em consideração fazendo com que de cada parte de suas atitudes siga os motivos de cada individuo.	não, se aprende na vida	M
postfam3	a maneira de sofisticar sua própria postura é com as experiências de vida, mesmo porque já nascemos com tendências que levam a certo tipo de valores.	postura se aprende na vida	M
postfam21	postura se aprende com a vida.	postura se aprende com a vida.	M
postfam17	a escola molda a postura através da aplicação do ensinamento de crença, culturas de uma sociedade; a escola não ensina porém aplica o padrão postural.	sim, do ponto de vista social e corporal	N

Anexo 14

Quadro referente às expressões chave e idéias centrais obtidas a partir das falas dos alunos quando perguntados “Você acha que se aprende postura na escola? “

postura 3			
1 - você acha que se aprende postura na escola?			
	Expressões Chave	Idéia Central	
ino1	Sim, porque seria mas fácil aprender quando é criança do que a pessoa mais velha.	sim, previne complicações	A
ino10	Pode ser, também ajuda muito, se a professora falar, ensinar.	sim, previne complicações	A
ino2	também pode ser.	sim, mas não só na escola	C
ino3	Também aprende na escola, mas uma parte importante se aprende em casa e com amigos. Tem outra que é com você mesma, acho que pela vida.	sim, mas não só na escola	C
ino4	Acho que se aprende, mas vem de berço também, da convivência com outras pessoas, do dia-a-dia.	sim, mas não só na escola	C
ino6	Poderia, mas não é só dever da escola e sim dos pais também.	sim, mas não só na escola	C
ino12	Deve ter aprendido em casa, os pais deveriam ensinar, mas pode aprender na escola, com os professores...	sim, mas não só na escola	C
ino5	Eu acho que sim	sim	H
ino7	Não	Não	I

postura 3

1 - você acha que se aprende postura na escola?

	Expressões Chave	Idéia Central	
ostraluno11	não	não	I
ostraluno8	normalmente é em casa.	é em casa que se aprende	K
ostraluno12	postura em criança preocupa bastante, por causa do futuro.	postura em criança preocupa bastante.	L
ostraluno9	Na escola está numa fase em que não há preocupação quanto a sua vida profissional, não há preocupações fora ir para escola e volta para casa, já quando você entra numa faculdade você começa a ter uma postura diferente pois começa a pensar no que irá fazer na sua vida, não só profissionalmente, mas sim sentido geral de vida.	não, postura se aprende na vida	M

ANEXO 15

Profissionais e estudantes da área de saúde

Entrevista 1 (27anos, enfermeira. São Paulo, sexo feminino)

1.O que é pra você um corpo saudável?

É não ter idade pra se cuidar. Não ter que se preocupar... Ter uma boa alimentação, cuidar da postura, fazendo exercícios de alongamento, fazer coisas que se sente bem.

2. O que você entende por postura?

Bom...Postura é muito importante para a saúde e o bem estar, para que você possa exercer mais o seu dia-a-dia.

3. A postura se aprende na escola?

A postura em criança é importante, pois é nela que precisamos se preocupar para evitar futuras complicações. Então eu acho que um pouco sim, do tipo assim "olha a postura na cadeira". Também depende da escola, do curso, do grau de escolaridade que esta fazendo.

Entrevista 2 (20 anos, naturologia, São Paulo, sexo masculino)

1. O que você entende por corpo saudável?

Um corpo sem deficiências físicas, livre de enfermidades.

2. O que você entende por postura?

É algo relacionado à posição com que você se mantém em pé, se você tem as costas curvas ou não.

3. A postura da criança se aprende na escola?

Sim, a postura em crianças se ensina na escola, mas não da maneira que deveria.

Entrevista3 (23 anos, aluna fisioterapia, Santo André, sexo feminino)

1- O que você acha de um corpo saudável ?

Corpo saudável é uma boa alimentação, é pratica de esporte, bom sono.

2- O que você entende por postura ?

É o alinhamento certo da coluna, ficar reto

3- Você acha que postura se aprende na escola ?

Também, mas não se aprende só na escola...em casa também. É preciso se conscientizar desde cedo, porque depois fica mais difícil

Entrevista 4 (31 anos, Fisioterapeuta, professor, mestrado, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O meu!

2-O que você entende por postura?

A minha! (risos) Ué... eu respondi!

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Com o professor de fisio, sim!

Entrevista 5 (25 anos, aluno do Curso de Fisioterapia..São Paulo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

É um corpo capaz de realizar todas as atividades a ele requisitadas, sem um efeito colateral, sem sentir dor ou impedimento...

2-O que você entende por postura?

Cada um tem a sua postura. Não existe uma normalidade de postura. A postura se adapta à necessidade do corpo. Não existe postura correta ou incorreta.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não. Infelizmente não, mas tinha que aprender para se ter uma base de boa postura desde criança e evitar futuras complicações.

Entrevista 6 (23 anos, 7º Sem. de Fisioterapia. São Bernardo do Campo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Pra mim corpo saudável é um bem estar físico e mental, é... uma harmonia entre ambos, porque mente são, corpo são né.

2-O que você entende por postura?

Bom, postura é uma expressão corporal. O que o seu corpo representa e expressa diante as situações em todo e qualquer momento, as reações e predomínios posturais perante as vivências externas e internas.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Ah, a escola pode influenciar tanto de forma positiva como negativa, mas melhor não ensinar. Eu acho que postura é individual e depende de vários fatores, inclusive sociais.

Entrevista 7 (22 anos aluno de 3º Sem .de Quiropraxia. São Bernardo do Campo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Que não tenha nenhuma restrição com movimento natural, articular, que não sinta dor.

2-O que você entende por postura?

Postura é a maneira que você se comporta nas diferentes posições em qualquer tipo de atividade.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim., porque a postura em criança me preocupa com certeza.

Entrevista 8 (19 anos aluno do 3º Sem. de Quiropraxia. São Paulo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

É um corpo sem nenhuma lesão e equilíbrio com postura ideal, e a flexibilidade.

2-O que você entende por postura?

É a posição que a gente fica.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não.

Entrevista 9 (19 anos, aluno do 3º Sem. de fisioterapia. São Paulo , sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Quando a pessoa se cuida, faz exercícios físicos...

2-O que você entende por postura?

Andar, sentar corretamente.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não.

Entrevista 10 (23 anos, fisioterapeuta, São Paulo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Equilíbrio dentro de suas normalidades, todos os seus valores fisiológicos normais.

2-O que você entende por postura?

Quando você encara o mundo na sua realidade você prejudica a sua postura.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, postura é uma coisa que se aprende na vida. Mas postura é uma coisa séria, porque as crianças quando está em fase de crescimento precisa crescer com postura boa.

Entrevista 11 (24 anos, Fisioterapeuta, São Paulo, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Ter uma boa alimentação, praticar exercícios, alongamento e ter uma mente boa.

2-O que você entende por postura?

Que é importante, pois fazer as atividades do dia-a-dia depende de uma boa postura.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim porque eles sempre estão passando informações. é nesse momento, que a criança vai na escola que nós precisamos nos preocupar.

Entrevista 12 (20 anos, aluno do curso de Fisioterapia, São Paulo, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Poder praticar esportes constantemente.

2-O que você entende por postura?

Uma boa posição, a qual você se sinta correto sem prejudicações.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acredito que sim.

Entrevista 13 (19 anos, aluno do Curso de Naturologia, sexo Masculino, São Paulo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável, acho que corpo saudável nada mais é que o equilíbrio entre mente, espírito e o corpo, não importa só atividade física, porque quando a física quântica estuda, tudo está conectado não adianta ter um corpo físico, disciplina é a chave.

2-O que você entende por postura?

É você estar com seus chakras abertos para que a energia possa ser canalizada do céu que é nosso pai até a terra que é nossa mãe, a terra primordial, então você está ereto. O ser humano é o ser mais "inteligente" porque ele tem a postura ereta, assim pode canalizar sua energia.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Eu acho que devia ser a primeira coisa que elas deveriam aprender, assim, eu acho a escola um negócio muito falho, prepara ela para passar no vestibular e não para a vida, sai da escola sendo programado para o sistema e já entra na faculdade, você tem que escolher uma coisa, quando você é criança ainda,

you não saiu para a vida you esta sendo uma ovelhinha do sistema e you não sabe o que realmente you quer, sem evoluir nas suas habilidades, o sistema dá 20 coisas, you tem que se encaixar nela, you não pode dar as suas idéias, you não pode escrutinar suas idéias.

Entrevista 14 (18 anos, aluna do Curso de Enfermagem, sexo feminino, São Paulo)

1-O que you acha de um corpo saudável?

Corpo que esta em equilíbrio com a mente e o físico.

2-O que you entende por postura?

É uma forma de pensar, é uma opinião.

3-You acha que postura aprende na escola?

Se aprende com a vida social da pessoa...então acho que aprende também na escola, em todo lugar...

Entrevista 15 (19 anos, aluno do Curso de Enfermagem, sexo feminino, São Paulo)

1-O que you acha de um corpo saudável?

Uma pessoa para ter corpo saudável, tem que praticar esportes, ter uma mente equilibrada.

2-O que you entende por postura?

É uma forma da pessoa se posicionar diante do próximo e do senso comum.

3-You acha que postura se aprende na escola?

De uma certa forma sim, pois através do convívio entre pessoas é um processo de desenvolvimento mental e corporal.

Entrevista 16 (20anos, aluno do Curso de Quiropraxia, sexo masculino, São Paulo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é quando há um equilíbrio entre todas as estruturas do corpo, quando o corpo está em homeostase.

2-O que você entende por postura?

Postura é o comportamento corporal das pessoas diante de determinadas situações cotidianas.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, pelos vários fatores de influência comportamental.

Entrevista 17 (19 anos, 5º Sem. do Curso de Nutrição. sexo feminino, São Paulo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

... Eu penso que um corpo saudável, é um corpo que tem uma certa atividade e uma boa alimentação!

2-O que você entende por postura?

Eu acho que postura é como a pessoa se, se porta como ela anda como ela se senta, ou mesmo o comportamento da pessoa.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

E não acho que se aprende na escola, porque desde que nasce a pessoa já tem postura. A postura em criança me preocupa porque, é desde criança que a pessoa vai criar a postura que ela vai ter quando adulta.

Entrevista 18 (21 anos, aluna do 5º Sem.fisioterapia, São Paulo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Um corpo que consegue controlar o corpo com sua alimentação.

2-O que você entende por postura?

Uma pessoa que comporta em algum lugar de forma correta.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim porque a escola tem que fazer parte da educação. A criança de hoje é o adulto de amanhã. Se não der essa educação ela será um desequilibrado no futuro.

Entrevista 19 (25 anos, professora do curso de Fisioterapia, São Paulo, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Um corpo sem problemas físicos, sem problemas motores...

2-O que você entende por postura?

Marcha, saber sentar direito, manter coluna ereta.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Depende da escola, do método e da instituição. Os professores não chamam muita atenção de posição em cadeiras.

Entrevista 20 (22 anos, aluno do curso de fisioterapia Santo André, Santo André, sexo Santo André)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O "corpo saudável" não é apenas a ausência de uma doença, é um bem estar físico, mental e social. Se não estamos bem mentalmente ou socialmente, não estamos saudáveis. Ter o "corpo saudável" é estar bem consigo mesmo.

2-O que você entende por postura?

É entendido por postura a forma que encaramos as situações que ocorrem durante a nossa vida, como "anatômica". E a postura que temos perante a estas situações cotidianas podem alterar nossa postura física. Um exemplo simples de definir postura é como um indivíduo encara uma situação nova e diferente na vida que pode deixa-lo triste ou feliz o que afetará assim a sua postura física. Se a pessoa tiver uma postura positiva quanto a determinadas situações, sua postura física será aparentemente boa. Porém se tiver uma postura de negativismo sua postura física será afetada por uma retração, por uma aparência de medo do que pode lhe ocorrer. Eu acho que a postura que temos perante a sociedade está muito ligada a nossa postura física.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, à escola é um ambiente em que cada dia somos submetidos as coisas diferentes. E temos uma reação para cada tipo de situação, sendo assim nossa postura é alterada diariamente sobre as situações que nos são impostas. Portanto, aprendemos assim a lidar com vários tipos de situação e vemos como reagimos a cada uma delas.

Entrevista 21 (23 anos, aluno do curso de fisioterapia, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

É quando a pessoa está bem consigo mesmo e em todos os aspectos: social, financeiro, amoroso...

2-O que você entende por postura?

Postura pode ser a atitude de uma pessoa frente à uma situação, pode ser também a posição do corpo da pessoa, mais as duas se unem quando há uma decepção por exemplo, a postura emocional altera a postura do corpo.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não. Eu acho que a postura "emocional" as pessoas já nascem com ela e a outra postura muitas vezes é decorrência da emocional.

Entrevista 22 (24 anos, fisioterapeuta, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é aquele fora dos parâmetros da sociedade, é a pessoa viver bem, ser feliz com o corpo que tem não se preocupar com o que dizem

logicamente não comprometer sua saúde, por exemplo a pessoa não precisa ter o mínimo de gordura que é permitido, também não precisa estar, bem em cima do peso, não podemos viver escravos do corpo, devemos saber dosar prazer e quando devemos nos preocupar com o corpo.

2-O que você entende por postura?

Postura profissional, é como o profissional de qualquer área deve frente as situações do seu dia a dia... O profissional deve saber se dirigir, se controlar frente as adversidades comuns no dia a dia de qualquer trabalho. O profissional deve ter responsabilidade e saber o que está fazendo frente aos seus desafios para ser um profissional bem sucedido e confiável mantendo uma postura firme, decidido sabendo o que faz. Muitas vezes é necessário mudarmos nossa personalidade, quem trabalha em hospital, por exemplo, muitas vezes não pode ser irreverente, pois estamos tratando de pessoas e devemos manter uma postura séria. Todos profissionais mantêm uma postura, alguns são altamente profissionais outros são mais humanos. No caso da fisioterapia, por exemplo, dentro da ética, postura profissional o terapeuta, não pode se envolver com o paciente mais do que propriamente, nos objetivos terapêutico e mesmo assim muitas pessoas se envolvem deixando a postura de lado. Esperamos que todos os profissionais sejam mais responsáveis e se policiem mais sua postura, pois desse jeito teremos profissionais mais respeitados e profissionais cada vez melhor.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

De um modo geral postura se aprende na vida, uma parte aprendemos na escola porque nela o aluno passa grande parte de sua vida. Depende, assim, dos acertos e erros da vida, a gente adquirir conhecimento e postura frente ao problema ou caso cada um é responsável por si mesmo podemos, escolher nossa postura frente as adversidades. Na escola é onde começamos a formar nossa postura frente aos problemas que começam acontecer.

Entrevista 23 (fisioterapeuta, Santo André, 25 anos, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não se abrange somente à saúde física do indivíduo, mas sim um conjunto, bem estar físico, mental e social. Inclusive a própria satisfação do indivíduo consigo mesmo. Atualmente o conceito de "corpo perfeito", levou alguns fanáticos a acreditar que um corpo saudável é aquele malhado, bem trabalhado, e na verdade um corpo saudável independe de estar dentro dos padrões da moda, é resultado desse conjunto, o de bem estar físico, mental e social. E o mais importante mesmo é a saúde mental, já que desta, depende nossas atitudes.

2-O que você entende por postura?

É a maneira, a forma, a conduta a ser tomada diante uma situação. Pode se dizer a atitude que o indivíduo toma no seu dia a dia. Dentro de postura podemos citar postura positiva ou negativa, dentro de bom senso ou não.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acredito que postura seja somatória de educação aprendida na escola, educação vinda de casa passada por nossos pais e também a própria personalidade do indivíduo. Algumas vezes fatores externos, negativos, ou seja tristeza, doença, depressão, falta de recursos, leva o indivíduo a alterar sua postura, tornando-se pessimista ou negativista. E algumas vezes fatores positivista como alegria, vitória, conquistas, transformam um indivíduo e o fazem tomar postura diferente para uma mesma situação. Portanto se torna uma somatória.

Entrevista 24 (22anos, aluno de Fisioterapia, Santo André, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável para mim, é estar com a saúde perfeita, não o corpo perfeito, mas sim a saúde, o bem estar físico, mental e social do homem estar em perfeita harmonia consigo mesmo, c/ a sociedade

2-O que você entende por postura?

Para mim, postura é como o homem se coloca a sociedade, com ele se comporta de várias situações, a capacidade que o homem tem de resolver seus problemas, situações frente a sociedade, se ele consegue se equilibrar diante das coisas que o afetam emocionalmente, que o tiram a sua tranquilidade, de seu conforto que afete a sua estabilidade, se ele consegue passar diante de situações que o abalem, que façam ele sair de seu porto seguro, situações que façam com que ele pense sobre a realidade. A postura do indivíduo diante de diversas situações pode afetar a postura corporal e com isso acusar dor, trazendo mais alterações emocionais p/ a postura do indivíduo dentro da sociedade. Cada indivíduo tem uma postura diferente sobre a mesma situação, pois cada um tem uma forma de pensar, tem um conhecimento específico, tem uma bagagem de aprendizagem diferente, tem uma "cultura" diferente, uma forma de educação, criação diferente, o que torna a postura de cada indivíduo diferente, dificultando a compreensão do que é postura.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Eu acho postura não é aprendido totalmente na escola, pois a educação que o indivíduo recebe em casa com seus familiares é muito importante, formando o indivíduo para sua adequação com a sociedade, e com isso na escola o indivíduo já tem sua postura formada, o que pode vir acontecer é uma postura deste indivíduo ser influenciada, mas não aprendida

Entrevista 25 (23 anos aluno do curso de fisioterapia, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Para mim o corpo saudável é aquele que não tem enfermidade...principalmente se não houver dor, se eu não estiver com dor, digo tanto corporal como emocional, eu me sinto saudável, mesmo sabendo que saúde não é só isso.

2-O que você entende por postura?

A postura pode ser entendida como o modo que a pessoa se comporta na sociedade, pelos seus atos e tudo mais e pode ser também como o corpo fica posicionado, ou todo retinho ou todo torto, mas como ninguém é perfeito, todos somos tortos. O mais difícil, além de explicar essa questão é corrigir uma postura errada, todos sabemos que mesmo uma pessoa que procura a fisio, por exemplo, pra se corrigir, chega lá, corrige e quando chega em casa, volta à postura que estava, mesmo dizendo para o fisio que fez em casa, a gente sabe que não fez. Não sei mais o que dizer sobre isso

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que não, às vezes nos primeiros anos escolares, alguns professores até tentam corrigir a postura do aluno, mas isso só ocorre no começo, pois depois de um certo tempo ninguém se preocupa com isso e nem lembra que ela existe.

Entrevista 26 (23 anos, aluno do curso de fisioterapia, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é quando associamos saúde física e mental, principalmente mental para nos sentirmos bem com si próprio.

2-O que você entende por postura?

Quando pensamos em postura na fisioterapia, pensamos logo na postura física, diferente se fosse abordado esse tema em outra área, poderíamos avaliar essa postura como comportamento mental. Mas as duas estão ligadas, normalmente o fisioterapeuta avalia a postura na avaliação física do paciente, mas esquece-se de que a postura relaciona-se ao seu estado emocional. Quando você tem uma alta carga de tensão na sua casa, na sua vida, altera-se todo o metabolismo, também a postura em virtude da carga de tensão que isso acarreta, causando desvios e várias doenças somáticas.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

É claro que a escola abre a mente para diversas coisas, inclusive sua postura perante a sociedade e a si mesmo. É nela que nos mostramos as diversas visões da vida, e aprender a ter discernimento para agir conforme nossos conceitos.

Entrevista 27 (22 anos, aluno do curso de fisioterapia, Santo André, sexo feminino)

1 - O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável pra mim é um corpo que esteja bem, harmonioso, né? Não só fisicamente, sem patologias que afetem ele, o bem estar físico, mas principalmente um corpo em que a mente esteja bem, livre de patologia, de estress.

2 - O que você entende por postura?

Olha, eu entendo postura de duas maneiras... Uma a física, que compreende a parte biomecânica, o jeito como a pessoa anda, senta, corre, trabalha... E tem a postura, vamos dizer, psíquica, ética, na qual a gente vê a personalidade da pessoa, o comportamento dela diante de um acontecimento, bom ou ruim, diante de um desafio a cumprir...

3 - Você acha que se aprende postura na escola?

Bom...talvez...Depende muito do aluno...Muitas vezes até o professor passa o conceito de postura, mas vai de cada pessoa seguir o correto...É... mas qual a postura correta? Só acho que é fundamental o profissional ter uma postura diante do paciente na hora do atendimento.

Entrevista 28 (aluno do curso de fisioterapia, 22 anos, Santo André, sexo feminino)

1 -O que você entende por corpo saudável?

Eu entendo que é aquele que , independente de como a gente veja a pessoa, a pessoa esteja se sentindo bem com seu corpo...feliz com ele

2 - O que você entende por postura?

Bom...no meu entender...é difícil dizer...porque acho que não tem muito o que dizer a não ser que se fale que a postura é de cada um, com a postura física como se senta, como se anda, etc... Mas também é a postura de como se comporta em todos os ambientes, com cada um com quem se vive...

3 - Você acha que se aprende postura na escola?

Talvez a postura de como se comportar com os outros, na presença dos mais velhos..Também é na escola também que você aprende a ter uma postura física correta, não ter uma postura errada...

Entrevista 29 .(aluno de fisioterapia, 19 anos, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O corpo saudável só está bem se todo o “conjunto” funcionar bem também, ou seja, para que o corpo esteja saudável, o seu psicológico também, você tem que se sentir bem, quando você sente que está tudo bem o seu corpo está saudável. Creio que quer sinal de dor, inquietação, angustia, qualquer sentido que te tire bom humor... não é mais um corpo saudável. Qualquer pessoa deixa de ser saudável quando um problema toma maior do que tudo, deu para entender ?

2-O que você entende por postura?

Para mim postura é o que um indivíduo adquirir perante uma situação. É bem difícil falar sobre isso, pois pode ser postura de coluna, na cinésio, ou essa já comentada. Pra mim o ser humano tem a postura do que ele pensa sobre si mesmo, mesmo às vezes “inconsciente” adquire esta postura. Não sei você entendeu o que eu quis dizer, no geral é que o corpo fala. Se a pessoa é mais retraída, tímida, que não enfrenta o mundo: sua postura será mais fechada, curvada diante de tudo como mais ou menos a minha. Uma vez você citou em aula que pela postura dá p/ ver como a pessoa é, ou seja, ela passa isso pela postura que ela adquire, certo? Postura também pode ser um apoio, um suporte que é adquirido. Ficou bem confuso, né, além de ser um problemão falar sobre isso...

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Essa resposta é bem relativa, se eu tiver falando da postura em relação a sociedade, quanto a educação,... aí sim a postura é dada e aprendida também na escola. E se foi a postura em relação, ao modo de se comportar, ela também pode ser dada na escola, às vezes passado por alguma situação você pode adquirir uma postura na escolas e leva-la p/ o resto da vida. Às vezes ela é apreendida na escola, outras vezes é adquirida , querendo ou não.

Entrevista 30 (22 anos, aluno de fisioterapia, São Caetano do Sul, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é igual que tudo esteja em harmonia. Quando o mental, físico, social andam bem, sempre em conjunto. Quando um deles não está bem, trará uma alteração nos outros, perdendo essa harmonia e deixando de ser saudável.

30 -O que você entende por postura?

Para mim, existe dois tipo de postura, uma postura seria frente a alguma situação, que tenha interferência com o emocional. E uma outra postura que é fisiológico, com as curvaturas da coluna com lordose, cifose. Cada uma tem uma postura, não existe uma postura ideal, será ideal para cada um, mesmo se o individuo tem alguma alteração na coluna, mas não sente, a postura que será sua postura ideal. A postura muda também conforme a personalidade de cada um. Um individuo com a personalidade mais forte, terá uma postura diferente de um individuo com a personalidade mais maleável. E frente a um problema / patologia a postura muda.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

A postura na verdade se aprende em casa, a escola interfere um pouco, mas não ensinam na escola. A postura também muda com o tipo de personalidade a escola participa, mas de uma forma indireta.

Entrevista 31 (26 anos, fisioterapeuta, São Caetano do Sul, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é quando o indivíduo mantém uma boa estrutura mental, física e uma boa relação c/ o outro e consigo mesmo na sociedade.

2 -O que você entende por postura?

Postura é a estrutura corporal formado pelo sistema músculo esquelético de uma pessoa. Esse sistema mantém a pessoa ereta em composição à força da gravidade. No decorrer da vida de uma pessoa essa estrutura músculo-esquelético vai de modificando de acordo com a história de vida que cada um tem. Para manter esse arcabouço sem causar danos fisiológicos há um envolvimento de estruturas cerebrais que atuam no equilíbrio corporal, na manutenção do tônus muscular, na auto-imagem e percepção com o meio externo e na relação de indivíduo p/ indivíduo.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não. Prova disso é quanto as crianças estão tendo problemas posturais cada vez mais cedo: Ex: cadeiras inadequadas, posturas incorretas na sala de aula, peso excessivo nas mochilas etc.

Entrevista32 (psicólogo, 30 anos, Guarulhos, mestrado, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

É algo que engloba um corpo físico saudável, uma mente sã, bons hábitos alimentares, esporte, podemos levar a um corpo saudável, e uma vida pacata, sem correria, sem preocupações desnecessárias como roubos, se vai dar tempo para realizar algo, trânsito, emprego etc. Isto pode levar a uma boa mente tranqüila e assim saudável.

2-O que você entende por postura?

Podemos entender por postura não só a física mas também a emocional. A postura física pode interferir em um desajuste emocional ou, por alguma alteração emocional que modifique a parte física. Pela postura física muitas vezes podemos saber como está o lado emocional da pessoa. Então a postura é 1 complemento no que envolve os valores de cada pessoa.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Talvez, acredito que cada criança até a idade escolar já tem muito da sua postura formada, porque elas sempre se espelham nos pais, na escola esta postura pode sofrer algumas mudanças, deixando assim difícil de saber onde exatamente é formada a postura de cada pessoa.

Entrevista33 (38 anos, fisioterapeuta, Santo André, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O corpo saudável implica em bem estar físico, e mental não existe um corpo saudável com mente conturbada, como também o inverso é recíproco.

33-O que você entende por postura?

A palavra postura tem dois sentidos, tem postura, no sentido ortopédico, fisiológico, anatômico que refere a posição que o indivíduo se apresenta ao andar, sentar e deitar, pode ter uma postura correta ou incorreta, o que se coincide com a outra postura que é a maneira com que as pessoas se comportam perante os outros na sociedade. Essa postura se refere a educação que aprendemos, é importante saber qual postura adequada para qualquer lugar. Basicamente as duas tem significado diferente mas a importância e a explicação é a mesma. O significado também mesmo que qualquer uma das duas explicações, diz que cada indivíduo tem a sua postura.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Na escola é colocado em prática a postura adquirida em casa. A boa base da postura do indivíduo, um exemplo e condutas dentro de casa. E quando a criança sai de casa já tem que saber qual conduta tem que ter em cada atitude.

Entrevista 34 (23 anos, aluno de fisioterapia, Santo André, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é o bem estar físico e psicológico, os 2 tem que estar associados pois se o físico não está bom e o psicológico está eles não vão entrar em harmonia, tendo um desentendimento e assim ficando um corpo não saudável.

34 -O que você entende por postura?

É difícil definir postura, mais postura pode ser como uma pessoa se comporta ou vive diante da sociedade, cada um tem uma postura diferente é mais ou menos como personalidade. E o outro significado da palavra é postura corporal, alinhamento da coluna vertebral em relação a atividade exercida.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, a postura de comportamento pode ser moldada na escola pode melhorar ou piorar dependendo do que a pessoa procura, sendo assim muitas vezes a postura é flexível. E o outro tipo de postura pode ser modificada ao passar do tempo devido a carteiras e modo de sentar-se, podendo ocorrer vários problemas posturais. Eu acho super interessante esses programas de correção postural na escola, mas devia ter um pouco mais de divulgação para a população. Não são todas as pessoas que têm essa possibilidade de fazer um programa de correção postural, porque as vezes a informação não chega, ou chega defasada. É muito importante para o futuro delas, específico pra crianças, principalmente por causa da forma como elas se posicionam nas carteiras escolares, como elas levam o material para a escola. Então os medos dos adolescentes, como eles vão entrar na adolescência, na postura, a timidez, o que vai acarretar com certeza no futuro, problemas para elas. Eu acho que se pegar desde o início, na prevenção, com certeza você vai ter menos problemas no futuro para elas.

Entrevista 35 (40 anos, fisioterapeuta, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é mente sadia também. Eu entendo que corpo saudável é quando nos sentimos bem fisicamente (livre de doenças) e mentalmente, ou onde tentamos equilibrar nossa vida em uma maneira mais saudável de se viver. Sendo que o conceito de saudável varia de acordo com cada individuo.

35 -O que você entende por postura?

Eu entendo como postura, uma curvatura fisiológica e anatômica mais correta possível de acordo com cada individuo, variando com seu estado físico e emocional. Na minha opinião existe um padrão postural e que todos

possuímos alterações que se adquirem com a cultura de cada um, mas nem por isso causa danos ao indivíduo.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, pois se aprendêssemos não haveria tantas patologias resultantes de uma postura na infância, em geral, no ensino fundamental. Mas deveria se preocupar com isso, pra evita esses problemas que aparecem na escola.

Entrevista 36 (médico , mestrado, 37 anos, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não é apenas a saúde física, mas também a saúde ou bem estar mental e social, pois pode não haver nenhuma enfermidade física, mas se houver alguma enfermidade mental ou social o corpo fala e conseqüentemente a postura do indivíduo muda.

36 -O que você entende por postura?

Entendo por postura não somente a postura física, mas também a postura mental e social. A postura física pode ser reflexo da situação emocional que a pessoa se encontra, assim como a postura social é aquela que o ser humano adquire em conseqüência do trabalho que exerce. Sendo que tanto a postura mental quanto a social vão refletir na postura física do indivíduo, pois o corpo transmite o que o indivíduo está sentindo e muitas vezes pensando.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que a postura se aprende em casa, com a família sendo a base, o alicerce. Pois é muito comum observarmos que as crianças querem ter a

mesma profissão do pai ou da mãe, pois vêem os pais como espelho, mas com certeza terão algumas posturas muito parecidas com as dos pais.

Entrevista37(30 anos, fisioterapeuta, Guarulhos, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é o corpo e a mente numa sintonia única, ou seja, não é apenas ter saúde física, mas também uma saúde mental, estar bem consigo mesma, sem preocupar com o que vão dizer, ser e ter postura própria.

37-O que você entende por postura?

A palavra postura é muito ampla para o entendimento geral, ou seja, é uma palavra que tem dois significados muito importantes não só para a fisioterapeuta, como para o ser humano como um todo. A palavra postura dentro da fisioterapia entende-se por postura física, ou seja, sua anatomia. Já num contexto social, ela refere-se à forma de reagir à determinadas situações.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, toda e qualquer postura que uma pessoa tem, em relação à sociedade e à seu próprio corpo é adquirida, é aprendida dentro de casa, ou mesmo influenciada pela sociedade e também pela sua forma física.

Entrevista38 (29 anos, enfermeira, Guarulhos, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é igual a mente saudável bem consigo mesmo independente de forma.

2-O que você entende por postura?

A forma de lidar com as atividades do dia-a-dia, forma de agir, reagir, com o ambiente que vive, trabalha, faz com que adotemos uma postura seja ela de forma perceptível ou não. A postura tanto no sentido corpo ou forma faz com que o outro perceba o olho treinado o que se passa, o que se informa de si mesmo, tanto de uma forma que implique para seu físico má postura, como de olhar para postura, em busca de personalidade, mesmo que as vezes este olhar tenha que estar atento nas posturas camufladas, que são adotadas como outras c/ a forma de perceber o que tem em volta.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Também! Depende o que você entende por postura, brincadeira pro. A postura que eu entendo é o agir, reagir com o que tem em volta. E na escola, às vezes é nos imposto algumas posturas.

Entrevista39 (23anos, aluno de Fisioterapia, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não é só o físico, mas em geral: físico, social e principalmente mental. Mente saudável, corpo saudável.

39-O que você entende por postura?

Por postura entendo duas coisas: a postura física e a postura de alguém frente à alguma coisa, situação ou até mesmo outra pessoa. A postura física é

ligada a anatômica mesmo: ossos, articulações... mas ainda, se pensarmos bem, se uma pessoa não tiver postura frente à uma situação por exemplo, automaticamente a postura física poderá se alterar, por exemplo, se uma pessoa tiver triste, a postura física dela será retraída.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Na minha opinião, depende. Depende do interesse, no caso do aluno, se ele quer ou não aprender a se comportar, mas nesse caso, seria postura frente à situações, porque postura física não se aprende na escola.

Entrevista40 (23 anos, aluno do curso de enfermagem, Santo André, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não é aquele sem moléstias, sem doenças, mas aquele corpo que apresenta uma saúde física, psíquica e social. O social é muito importante, pois inclui a chamada inclusão social onde percebemos o nosso comportamento na sociedade.

40-O que você entende por postura?

É como a pessoa se apresenta perante à vários tipo de situação. A postura corporal demonstrar muito o sentimento da pessoa. A postura mental é o pensamento, opinião da pessoa a certo problema, situações.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, a convivência com outras pessoas influencia a formação da personalidade e da postura do aluno. As instituições impõem regras, normas, são exigentes, o aluno absorve tudo isso e se adapta a isso.

Entrevista 41 (22anos, aluna do curso de fisioterapia, Guarulhos, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável entendo que abrange o corpo como um todo: mente saudável, um estado de espírito legal, a pessoa estar em paz consigo mesmo.

41-O que você entende por postura?

Postura, entendo pelo comportamento que devemos ter diante de cada situação. Mas também é uma coisa física, relacionada a coluna vertebral. Hoje em dia eu enxergo a postura das pessoas como algo, assim, importante, dentro da vida como um todo, principalmente futuramente. Então, pessoas que tem uma boa postura hoje, que sabem se colocar de forma adequada nas suas posturas, elas são pessoas que no futuro vão ter menos problemas relacionados com a má postura como hérnia de disco, dor ciática, cervicalgia, do que aquelas que tem uma má postura. Todos esses problemas relacionados com a má postura, principalmente crianças que desde a infância, carregando material, essas coisas.

Geralmente uma boa postura são aquelas que já tiveram uma experiência, já foram educadas para aquela boa postura. Elas vão ter menos problemas relacionados com a má postura. Como fisioterapeuta é difícil encontrar alguém com uma boa postura.. Todas as pessoas têm uns vícios. Uma boa postura pra mim seria aquela pessoa que quando vai sentar, tenta sentar de uma forma mais correta, encaixando o quadril, sentando de uma forma mais ereta possível, quando vai se abaixar tenta usar o corpo como um todo, dobra o quadril, joelho, não somente se abaixa usando a coluna. De noite tenta dormir de uma forma adequada, em decúbito lateral, com um travesseiro entre os joelhos...É isso.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não. Às vezes a escola ajuda em alguma coisa, mas isso aprendemos em casa, pois faz parte da educação.

Entrevista 42 (23 anos, aluno do curso de enfermagem, Guarulhos, sexo masculino)

1-o que é um corpo saudável?

É... peso ideal.. que subentende que a pessoa tem aa ... uma alimenta/cão com os nutrientes necessários pra manter uma qualidade de vida aa .. e você tendo um peso bom automaticamente você passa a ter as chances de você ter uma postura melhor acho que aumentam né? E ... também relacionar a postura com e vê como é o trabalho da pessoa quantas horas fica sentada iii to fugindo da pergunta acho... que que é um corpo ideal né? É isso manter um saudável um corpo que não é sedentário que tem atividade física semanal... faça caminhada há ... isso que se nutri bem, acho que é isso.

2-o que você entende por postura?

É a posição.. do corpo ... ideal ... para não provocar lesões futuras.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Sim aprendo, a fazer as correções.

Entrevista 43 23anos, aluno do curso de Fisioterapia, Osasco, sexo feminino)

1- O que é corpo saudável?

Corpo saudável, é a pessoa estar bem com ela mesma, tanto na parte psicológica, quanto na parte física.

2- O que você entende por postura?

Postura é uma palavra pequena mas complicada de definir, pois tem dois sentidos diferentes, pode ser postura no sentido postural, anatômico, pode ser no sentido da postura frente a uma situação em relação ao comportamento, por isso ficava difícil definir assim simplesmente pela palavra sem saber a situação e o porque dessa pergunta.

3- Você acha que se aprende postura na escola?

Sim, claro que depende da escola e do grau de educação de cada um, na verdade postura é dada dentro de casa no dia-a-dia com os pais, os pais dão postura correta e a escola apenas nos mostra a continuação dessa postura e o que essa postura pode nos dizer.

Entrevista 44 (31 anos, aluno do curso de Educação Física, São Caetano do Sul, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Entendo por corpo saudável, é a pessoa que não tem nenhuma doença e não está doente.

2 -O que você entende por postura?

Postura se entende por um bom posicionamento, e a postura mais adequada é aquela que você se sente bem.

3 - Você acha que se aprende postura na escola?

Acho que sim, mas os professores não passam de maneira adequada e correta para os alunos.

Entrevista 45 (19 anos, aluno do curso de Quiropraxia, Guarulhos, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

A definição de saúde. Ter saúde é estar em boas condições física, mental e social, porque um corpo não pode ser saudável sem ter saúde.

2 -O que você entende por postura?

A postura não é só o físico, porque o mental influencia. Quando não estamos bem emocionalmente ou socialmente alteramos nossa postura, ficamos mais suscetíveis que outras pessoas invadam nosso íntimo, o que não deve acontecer no caso da nossa profissão, porque não podemos demonstrar fraqueza para nossos pacientes, para impedir que aja algum tipo de envolvimento, porque com essa abertura é mais fácil.

3- Você acha que se aprende postura na escola?

Não, depende dos ensinamentos recebidos em casa, da cultura, dos valores e saberes de cada família.

Entrevista 46 (23anos, aluno do curso de fisioterapia, Santo André, sexo masculino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Acho que para ter u corpo saudável você tem que estar bem consigo mesmo, feliz, tanto com as qualidades quanto com seus defeitos, lógico que relacionando com uma boa alimentação, com atividade físicas que ajudam também o corpo um todo, mais um dos fatores mais importantes seria o emocional, o psicológico.

2-O que você entende por postura?

Postura, difícil de dizer, acho que cada pessoa tem uma postura diferente, existe vários significados e sentidos dessa palavra. A postura das pessoas na sociedade, suas atitudes perante as pessoas, na família, com os amigos, cada um tem uma forma de agir enfrentar os problemas e as alegrias, isso seria uma postura, acho que um ou outro modo seria a sua postura física, sua forma e anormalidade do corpo onde entra o fisio ou uma pessoa especifica para ajudar mas que essa postura muitas vezes ta relacionada com a postura do dia a dia. Acho que a resposta ficou um pouco confusa mais difícil de explicar e colocar todas as idéias juntas.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Sim e não. Difícil colocar a responsabilidade na escola, mas de certa forma se aprende a ter uma boa postura e se aprende a conviver em grupo, com as pessoas, porém acho que a postura e se aprende a conviver em grupo, com as pessoas, porém acho que a postura também vem de casa do convívio com a família e a educação que os pais ensinam.

Entrevista47 (24 anos, aluno de curso de Enfermagem, Guarulhos, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável não é somente bem estar físico mas e estar bem principalmente, e também socialmente, não adianta o individuo estar com algum problema "mental", como por exemplo um stress, depressão, não necessariamente uma doença mental, que o físico vai ser totalmente afetado, mudando sua postura e com isso muda o seu relacionamento com as outras pessoas, afetando o lado social. O lado psicológico no meu modo de ver é o que comanda o físico e o social do ser humano, portanto "corpo saudável" é o sincronismo do mental, físico e social.

2 -O que você entende por postura?

Postura é o comportamento do ser humano em ser cotidiano, ou seja temos que ter certos comportamentos em algumas ocasiões, como por exemplo em casa brigamos por qualquer motivo, pois temos mais afetividade e acabamos falando o que não nos agrada, já com os amigos essa postura se modifica acabamos falando alguma coisas e guardando as mágoas, o que acaba modificando aquela postura diante daquela pessoa. Existe postura diferente em situações diferentes, ou seja quando você está no trabalho sua postura é uma quando você está na faculdade sua postura é modifica assim por diante .

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que a postura não se aprende na escola, pois os professores podem até comentar, por exemplo, para que os alunos fiquem quietos e respeitem a sua aula, mas a maioria dos alunos ficam quietos na hora e depois começa de novo. A postura já vem com o ser humano se comporta em certas situações (postura) irá depender também do que ele já passou diante daquela situação.

Entrevista 48 (27 anos, fonoaudióloga, Santo André, mestrado, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

É uma boa alimentação e atividade físico de acordo com as necessidade desse.. corpo.

2-O que você entende por postura?

Há eu não sei definir postura ideal.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Não , acho que não tem nenhum tipo de programa específico pra postura.

Entrevista49 (23 anos, aluno do curso de Enfermagem, Santo André, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Ai, essa é difícil... bom acho que a pessoa tem que ter um certo cuidado com o corpo né? Então assim, atividades físicas diária tentar cuida pra que ele não dê sinais de que as coisas não estão bem.

2-O que você entende por postura?

Bom, não sei assim uma definição assim correta, mas nesse caso eu acredito que seja, assim, a forma como uma pessoa senta, a forma como caminha, abaixa pra pegar um objeto acho que seria mesmo esse sentido.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Não de maneira nenhuma, acho que a escola as vezes até atrapalha.

Entrevista 50 (34 anos, fisioterapeuta, São Caetano do Sul, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Eu acho que o corpo saudável é aquele que tá ... que corresponde ao bem estar... físico livre de qualquer maneira enfermidade e o bem estar psíquico.

2 -O que você entende por postura?

São posições que o indivíduo assume que tem interferência da ação da gravidade.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que não. Pelo menos não é essa a minha referência.

Entrevista 51 (30 anos, Fonoaudióloga, São Bernardo do Campo, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável?? Eu acho é a saúde boa é... disposição é ... alimentação adequada, noites de sono bem dormida, fazer um exercício ou não e mente boa né? Porque se não tiver mente boa o corpo não fica legal.

2-O que você entende por postura?

Bom, postura" a posição do corpo, né? Eu acho que como a gente se coloca quando sentada de pé... dormindo é isso, a posição que o corpo ocupa durante... nossa vida.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que não, infelizmente não. Porque a gente vê até acho que as professoras reforçam a postura inadequada reforçam não elas alertam pra postura inadequada, por exemplo, se a criança tá quase escorregando na cadeira, olha senta direito fulaninho olha a postura, mas eu acho que o ensinar o correto eu acredito que eles não dêem.

Entrevista52 (Psicóloga –32 anos, São Caetano do sul, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável é alguém que tem uma boa alimentação, que pratica exercícios físicos é um eu acho que seria um corpo saudável.

2-O que você entende por postura?

É a maneira do corpo da gente sentar... da genti... andar, e é eu entendo por postura isso a maneira da gente ser.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Não. Eu acho que não, mas que deveria, até pra criança que vai aprender a escrever aprende a sentar de maneira correta é deveria de se aprender, mas eu acho eu não vejo isso eu acho que não se aprende.

Entrevista 53 (28 anos, fonoaudióloga, São Caetano do Sul, sexo feminino)

1-O que você entende por corpo saudável?

Um corpo sem dor.

2- o que você entende por postura?

É uma postura onde o indivíduo adquire um posicionamento que tenha menos gasto energético para ele, para as estruturas.

3-Você acha que se aprende postura na escola?

Sim, ... se m dúvida.

Entrevista54 (Enfermeira, 27 anos, São Caetano do Sul, São Caetano do Sul)

1-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável é o corpo que gente necessita, a partir do momento que é funcional pra ti é... é anda, por exemplo é ser saudável. Corpo saudável não é especificamente praticá atividade física ter uma alimentação regrada; isso são coisas que colaboram pra você ter um corpo saudável.

2-O que você entende por postura?

Postura é tudo aquilo que propicia a gente fazer uma atividade uma atividade livre então, por exemplo, uma postura a postura sentada te propicia a fazer várias atividades, as quais você se tem que fazer sentada, não sei se deu pra entender mais ou menos o que eu quero dizer. Postura é tudo aquilo que te dá função.

3 -Você acha que se aprende postura na escola?

Sim ... acho que se aprende o que é convencional a postura, por exemplo a postura em pé, a postura sentada, mas isso não é via de regra, porque cada individuo... ele apresenta um tipo de postura você sabe no livro o que é pra se ter uma postura ideal de pé, exemplo. Mas cada individuo ele assume um certo tipo de postura, então eu acho que aprende o convencional porém não é o que a gente segue.

Entrevista55 (Fisioterapeuta, 25 anos, São Paulo, sexo feminino)

1-O que é um corpo saudável?

Um corpo saudável... é ... pra você ter um corpo saudável além da ter uma boa qualidade de vida... uma boa postura uma boa alimentação é fazer exercícios físicos um com uma certa regularidade. Isso.

2 -O que você entende por postura?

É um ponto pra mim, é assim um posicionamento correto da estrutura corpo corporal.

3 – Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que não, porque que nem fala falta orientação relacionada a postura falta orientação por parte talvez é de carência de profissionais é ... dá área pra ta orientando as crianças tanto as crianças na escola como os professores.

Entrevista 56 (22 anos, enfermeira, Mauá, sexo feminino)

1 - O que você entende por postura?

Uma boa postura é um conjunto de fatores que levam a uma boa postura. Primeiro ter uma musculatura adequada para vencer a gravidade, hábitos do dia a dia como sentar, como levantar, como levantar peso, como ficar de pé. Pra que tudo, ocorra é necessário ter um grupo muscular atuando e permitindo que a pessoa tenha liberdade de movimento. Muita coisa determina a postura: a vestimenta, as atitudes mentais, os móveis, são fundamentais para se ter uma postura boa. Pessoas introvertidas ou pessoas tristes, normalmente elas têm uma postura inadequada, são mais fracas e isso dificulta o seu dia a dia.

2 - Você acha que se aprende postura na escola?

A primeira fase da vida, onde normalmente quando as pessoas convivem ou começam a crescer tem um leigo como orientador da postura. Então na infância é muito pouco cobrada a postura. Já na adolescência, a irreverência própria da adolescência não se permitem que façam grande coisas nesse sentido. A irreverência, ela acaba atrapalhando qualquer método, qualquer processo de correção postural. As dificuldades são as cabeças dos indivíduos a se adaptarem aos métodos de correção. É como aqueles coletes que se usavam antigamente que só deixavam o adolescente mais tímido, mais fechado. Só piorava a postura.

Para que ocorra a correção postural tem que trabalhar muito bem o aspecto psicológico da pessoa, porque muitas vezes a pessoa tem problemas psicológicos que alteram a postura e fazer disso uma doutrina, uma perseverança. Precisa da dedicação da pessoa que está se submetendo. Acreditar num método de correção postural é uma coisa e acreditar nas pessoas que se submetem ao método é outra coisa. Essa é a grande dificuldade do fisioterapeuta, é a persistência do paciente, é a consciência. Ele vai se sentindo cansado daquele processo que é demorado, ele vai ficando enjoado de repetir as mesmas coisas. Ele tem que ser perseverante.

A dificuldade de ensinar postura na escola é porque a criança não é envolvida no seu dia a dia com a postura. Qualquer trabalho que você faça na

escola, a criança vai fazer uma ou duas horas de correção postural e no resto de seu dia ela dorme mal, se alimenta mal, não tem nenhum cuidado porque ninguém cobra dela postura mais adequada, nem as adverte quanto a isso. Mas é uma forma de se começar. Mas a gente tem que persistir por muito tempo. Ainda tem que desenvolver no aspecto social, como é que ela em casa, quais as condições que ela tem para seguir um programa de correção postural que é colocado a ela. Mas a médio e longo prazo a gente vai melhorando a cabeça das pessoas.

3 – O que você entende por corpo saudável?

É ter uma boa alimentação, praticar exercícios físicos com certa regularidade

Entrevista 57 (fisioterapeuta, sexo feminino, 24 anos, São Caetano do Sul)

O que você entende por postura?

É uma postura que o indivíduo adquire, um posicionamento que tenha menos gasto calórico, energético. Que não tenha queixa de dor, que ele possa exercer suas atividades sem dor e sem queixa. Mas é difícil fazer as pessoas se conscientizar disso. É que essa coisa de postura tinha que ser mais educativa, pra fazer a pessoa assumir a correção postural, para mudar de comportamento.

Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que é um tempo que pode haver formação de má postura, as crianças ficam muito tempo em determinada posição. É importantíssimo que haja educação de postura, que as pessoas orientem, eduquem, que comecem a conscientizar as crianças de como fazer as coisas bem feitas. Se

conscientizem que devem cuidar do corpo, da coluna e assumir uma boa postura, para não desenvolver muitos problemas posturais.

Professores 1º. e 2º. graus

Entrevista 1 - Professora ciclo fundamental- 29 anos, São Caetano do sul, curso superior completo

1-O que você entende por postura?

Eu acho que postura é maneira que o corpo está nas várias situações, por exemplo pra anda é... eu você estar reta com a coluna reta no lugar, pra fazer qualquer exercício também então acho que a postura e a maneira que o corpo vai vai é deve né estar em cada situação pra sentar, você ta sempre com a coluna terá... acho que é isso.

2-Você acha que se aprende postura na escola?

Não. Acho que pelo contrario, na escola... assim nunca a gente é chamado a atenção que tipo de postura você deve ter em cada situação... há os alunos geralmente usam mochilas errada com muito peso de um lado só sentam errado... então acho que não.

3-O que você entende por corpo saudável?

É... acho que saúde, assim de um modo geral é... é... o físico o... intelectual e o mental acho que tem que ta num conjunto pra tudo ta pra gente é ter um corpo saudável tudo que ta é... encaixado porque só uma coisa ta legal não adianta que tem que ser as três.

Entrevista 2 - (22 anos, sexo masculino, professor de matemática, São Paulo)

1-o que você entende por postura?

Coluna reta movimentos bem alinhados e outras coisas.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não, mas devia aprender.

3-o que é um corpo saudável?

Não bebe não fuma, praticar esportes e o básico.

Entrevista 3 – (36 anos, sexo masculino, policial -faz ronda escolar em Mauá-
2º grau completo)

1-o que você entende por postura?

O que eu entendo por postura é ter uma boa colocação na vida.

2-você acha que se aprende postura na escola?

(pausa)... .. não (risos).

3-o que é um corpo saudável?

Não bebê, não fumar, praticar esportes.

Entrevista 4 – (24 anos, sexo masculino, professor matemática, São Paulo)

1-o que você entende por postura?

Há uma pessoa ... erétil é... erétil

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não ... de jeito nenhum.

3-o que é um corpo saudável?

Não beber não fumar praticar esportes ... é ...ler livros né, mente saudável também.

Entrevista 5 – (24 anos, sexo feminino, professora de educação artística, São Paulo)

1-o que você entende por postura?

Sentar se muito bem, corretamente

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não.

3-o que é um corpo saudável?

Corpo que pode ser é ... trabalhá com ginástica, desenvolver habilidades físicas... sem dores ... musculares dores musculares.

Entrevista 6 – (33 anos, sexo feminino, professora de língua portuguesa, Osasco)

1-o que você entende por postura?

Postura! Eu acredito que seja a maneira correta de se sentar, ou a maneira correta de agir perante as outras pessoas.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Aprende sim, dependendo do educador, se o educador entende que o aluno precisa é sair da escola totalmente hum corrigido, completo, ele tem que pensar que não é só conteúdo que ele deve passar ele também deve transmitir uma vivencia pra esse aluno como se comportar com a soci... perante a sociedade ele .

3-o que é um corpo saudável?

Corpo saudável é mente saudável. Então o aluno que não usa drogas o aluno que não tem problemas graves na família, ele tem a mente saudável e o corpo também vai agir de acordo com essa mente.

Entrevista 7 – (31 anos, sexo masculino, inspetor de aluno, Mauá, segundo grau incompleto)

1-o que você entende por postura?

Postura ... (pausa) ... postura é ... eu acho que deve sê quando uma pessoa é si veste bem.... é uma pessoa que vamo supor ta numa mesa é bem asseado no senta isso que eu entendo por postura.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que sim.

3-o que é um corpo saudável?

Corpo saudável é uma pessoa que não fuma não bébi é pratica exercício isso eu acho que é uma pessoa que tem um corpo saudável.

Entrevista 8 – (22 anos, sexo feminino, professora de geografia, Mauá)

1-o que você entende por postura?

Risos ... eu não sou boa de entrevista não ... risos ... há já falei... hã postura é a forma de você como senta, se expressar não é?

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não .

3-o que é um corpo saudável?

Uma boa alimentação uma boa estrutura familiar, porque se não teve uma boa estrutura familiar com vão dar uma boa alimentação... a sei lá isso.

Entrevista 9 – (professora de educação física, São Paulo, 28 anos, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é o estado físico e mental da pessoa, pois se a mente está bem, com pensamentos positivos, o corpo sente isso e a pessoa tem mais segurança em si mesma. Trabalha c/ o corpo fisicamente é muito importante para sentir bem.

2-O que você entende por postura?

Postura na minha opinião é a percepção que o individuo tem do seu corpo, claro que cada um tem a sua postura física diferente do outro, porém ninguém tem a postura exatamente perfeita. Também acho que a postura física está exatamente relacionada com o emocional de cada um, por exemplo uma pessoa com uma postura cifótica, provavelmente deve ser uma pessoa tímida,

que tem medo de enfrentar o mundo de frente. a palavra postura tem uma concepção bastante ampla. Podemos definir postura como comportamento do individuo perante a sociedade, como se comporta diante de certas situações, já que as pessoas cobram esse comportamento constantemente, elas cobram os outros e a si próprio. Todos devem ter postura, mas que postura será essa que a sociedade impõem? Somos julgados pelos nossos atos, pelas nossas atitudes diariamente, nós mesmos nos desvalorizamos, achando na maioria das vezes que aquela atitude não foi a correta. Acho difícil uma definição objetiva de postura, já que como dito acima, é uma questão muito ampla.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, as crianças de hoje estão ficando cada vez com mais problemas de coluna, carregando mochilas pesadas, sentando de maneira errada. Em relação do comportamento, as crianças não estão tendo limites, os pais não estão sabendo lidar com isso.

Entrevista 10 – (Professor de educação física, 32 anos, sexo masculino, São Caetano do Sul - personal training)

1- o que você entende por postura?

Eu entendo por postura...que ela faz parte do nosso dia a dia, pois tudo o que vamos fazer é preciso uma boa postura. E postura é também educação, é saber se comportar.

2-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não é somente aquele livre de doença e sim um corpo onde haja uma harmonia entre a parte física e mental, após o mal estar de u reflete o outro.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Eu acho que sim, também na escola. Uma das formas de aprendizado mais importante, é por demonstração, o exemplo que são observados e que são seguidos ou não por quem os observa. Na realidade todos temos uma postura, um comportamento, só que nos relacionamos com as pessoas nós moldamos nossa postura, ou mudando algum tipo de comportamento, ou reforçamos mais ainda nossa forma de pensar e por conseguinte nossa postura. Particularmente em minha vida eu procuro me espelhar em pessoas que admiro e em exemplos que deram certo, acredito que não precisamos errar para aprender, às vezes observando os erros dos outros também aprendemos, ou seja podemos ao relacionarmos com as pessoas, seguir, adotar um comportamento ou negá-lo mais ainda.

Entrevista 11 – (31 anos, sexo masculino, professor de Educação Artística, Osasco)

1-o que você entende por postura?

É posicionamento . como si posicionar ou si comporta também as vezes ... depende da de como se colocar a palavra postura né.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não, antigamente acho que a gente até aprendia, em educação física ... mas ultimamente não.

3-o que é um corpo saudável?

É tem que fazer exercícios físico e alimentação também.

Entrevista 12 - (32 anos, sexo feminino, professora ciclo fundamental, Mauá, curso superior completo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Seu corpo estar adequado a praticar exercícios físicos sem restrições e ter uma boa alimentação.

2-O que você entende por postura?

A postura é aquela ao qual nosso corpo se adapta, ter uma boa postura perante à sociedade tanto fisicamente como socialmente.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Com certeza, pois o dever dos professores é ensinar a criança, os alunos à como se comportar corretamente. É em criança nesta idade que se aprende à como se comportar tanto corretamente como incorretamente. Por isso eu acho que tem que ensinar postura, mas não é fácil...

Entrevista 13 – (36 anos, sexo masculino, Professor de história rede pública 1º. grau, Guarulhos)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Eh... Corpo aonde você... Eh... efetivamente tem uma combinação de bem estar físico Eh... bem estar mental e espiritual ao mesmo tempo.

2-O que você entende por postura?

Putá, pode significar um monte de coisa. Postura Ah... eu diria que eu entendo como sendo um comportamento relacionado em essas coisas que mencionei anteriormente, de bem estar físico, mental e espiritual.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, acredito que sim.

Entrevista 14 – (29 anos, sexo feminino, professora de língua portuguesa, Santo André)

1-o que você entende por postura?

Eu acho que a postura é um modo de é andar de sentar de agir, até de se expressar depende de como é colocada a palavra.

2-você acha que se aprende postura na escola?

Não. Eu acho que não só na escola, eu acho que postura se aprende em todo lugar desde que a pessoa seja uma boa observadora, ela observa nos outros aquilo que pode ser bom pra ela.

3-o que é um corpo saudável?

Pra mim corpo saudável é aquele que é forte.. é estruturado não tem doenças, a pessoa não aparenta nenhuma doença e ele é adquirido através de uma boa alimentação é de exercícios físicos e até mesmo de cuidados que a pessoa tem com seu próprio corpo.

Entrevista 15 – (29 anos, sexo feminino, professora de inglês, Mauá)

1-o que você entende por postura?

Acho que postura é a maneira da gente andá, sentá ,de vestir ,de ser .

2-você acha que se aprende postura na escola?

Hoje em dia não.

3-o que é um corpo saudável?

Ah...eu não sei ti responder...

Entrevista 16 – (43 anos, sexo feminino, professora de geografia, Mauá)

1 – o que você entende por postura?

Bom postura é o modo de você agir e de você se expressar.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Não, hoje em dia não.

3-o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável é aquele que você olha aparentemente fisicamente está por completo né? Então essa pessoa é um corpo saudável.

Entrevista 17 – (30 anos, sexo feminino, professora de história, Santo André)

1 – o que você entende por postura?

Postura. ... postura... no sentido físico? Postura é uma pessoa que anda com a coluna ereta, reta né... consegue sentá normalmente né? Coluna não ficando torta evitando de ficar curvada.. essas coisas assim.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Não, com certeza não. A maioria dos alunos sentam na carteira ou sentam torto, né de maneira errada ficam curvados né as vezes agente ainda consegue concertar alguns né melhorando a postura e tal, mas no geral eu acredito que não.

3-o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável... ééé... a pessoa que se alimenta bem uma dieta balanceada, frutas verduras, proteínas né ...enfim... né essa pessoa tem um corpo saudável.

Entrevista 18 – (47 anos, sexo masculino, professor de sociologia, Santo André)

1 – o que você entende por postura?

A gente imagina dois tipos de postura ...né tem tem uma postura, você tem uma postura física uma postura moral né as duas podem ser corretas e incorretas né depende da atitude que a pessoa toma tanto na postura moral como na postura física.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Não. Não faz parte do currículo nem no currículo normal nem extra oficial, Ensinar postura é a física principalmente né e a postura moral a escola não consegue ensinar porque o tempo é muito, muito pouco. Não existe um plano detalhado pra ensinar as pessoas si posicionarem moralmente em relação a certas coisas a até com forma ética né, até como ética. Não, não, se existe não se ensina ética em escola né, talvez em escola particulares em escola pública não existe esse projeto.

3-o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável...pensar como os gregos né mente sã e corpo são né acho que resolve muito bem desde quando sua cabeça ta boa acho que seu corpo acompanha naturalmente aquilo né acho que normal a cabeça boa o corpo fica são também.

Entrevista19 – (38 anos, sexo feminino, professora de matemática, São Caetano do Sul)

1 – o que você entende por postura?

Depende de que tipo de postura você está falando...bom deixa eu ver o que eu posso te falar de postura, pode ser a postura por exemplo de um profissional tá referente o meu caso como professora durante é na classe perante o aluno né sabe o que eu tenho que passa pra ele né ... ter respeito também por ele seria uma postura de um professor, pra ele também ter respeito por mim né i também na parte de postura também referente também outro profissional da mesma área tá.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que postura se aprende desde do berço, com os pais.

3- o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável, bom a gente escuta falar muito do corpo saudável uma pessoa que tem uma boa alimentação faz exercícios né mas eu acho que pra tamém te um corpo saudável a pessoa tamém tem que ter uma mente saudável.

Entrevista 20 – (29 anos, sexo feminino, professora de matemática, Mauá)

1 – o que você entende por postura?

Postura que a pessoa tem que fica ereta manter uma posição que fique confortável pra ela e que não prejudique a seus membros inferiores.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Não, não se aprende postura na escola, por mais que a gente ensine a postura é pra um aluno ele sempre se esquece se arqueia e a gente fala das doenças que pode causar mas ele não dá atenção a isso.

3- o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável, alimentação saudável acho, que a alimentação é tudo pra manter um corpo saudável e também exercícios físicos.

Entrevista 21 – (29 anos, sexo feminino, professora de educação física, Mauá)

1 – o que você entende por postura?

E agora o que eu vou falar... .. é ter uma postura ereta, é andá numa boa postura pra si não prejudicial a coluna; isso né que eu entendo de postura.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Sim, nas aulas de educação física sim, pode ta aprendendo como senta adequadamente, como anda adequadamente.

3- o que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável é praticar exercícios físicos também é fazendo caminhadas né uma alimentação saudável é tem vários sentidos.

Entrevista 22 – (28 anos, sexo feminino, professora de física, Santo André)

1- O que você entende por postura?

(pausa) Postura andar corretamente, sentar corretamente, praticar alguns exercícios físicos pra ajuda ai na postura... só isso mesmo.

2- Você acha que se aprende postura na escola?

Sim também em casa, na escola.

3- O que você entende por um corpo saudável?

Peso na medida certa, de acordo com a altura né? ... Postura ... é eu acho que ta mais relacionada mais com o corpo mesmo o peso a altura quem tem um peso bom acho que tem uma boa saúde.

Entrevista 23 – (34 anos, sexo feminino, professora de artes, São Paulo)

1- o que você entende por postura?

postura é você andar sentar deitar-se corretamente é uma série di di procedimentos exercícios é isso que eu acho. Que é postura.

2- você acha que se aprende postura na escola?

Ai depende né... tem o professor de educação físicas que ajuda, o professor de ciências, mas eu também eu cobro postura do aluno, porque se ele não fica com a postura boa ele vai ter problemas né... é como eles estão em fase de crescimento eles vão ter problemas né, pode ficar corcunda né ter problemas de tendinite, tudo isso é postura... tem que ter postura pra tudo até pra escrever.

3- O que você entende por um corpo saudável?

Há pra mim corpo saudável depende também da sua alimentação, se você sabe se alimentar bem comer os legumes, as hortaliças, as carnes você saber fazer uma combinação desses elementos com certeza você vai ter uma vida saudável e também praticar exercícios né... que faz parte dessa vida saudável.

Entrevista 24 – (37 anos, sexo feminino, professora de matemática, São Paulo)

1 - O que você entende por postura?

Postura para mim é ... sabê ter respeito né é isso ter respeito.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Não necessariamente, tá eu acho que a postura se adquiri através de uma determinada educação, através dos dias acaba se aprendendo sempre.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável.. pra mim é um corpo ...higiênico sempre uma pessoa procurá um medicamento caso estiver uma doença.

Entrevista 25 – (47 anos, sexo feminino, secretaria escolar, Mauá)

1 - O que você entende por postura?

Postura é é .. sabe se sentar.. direito (risos)

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Não. Acho que não.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Corpo sal... é corpo em cuidado né, uma boa alimentação né então ce tem ai ce fica com corpo saudável.

Entrevista 26 – (47 anos, sexo feminino, professora de ciências, São Caetano do Sul)

1 - O que você entende por postura?

É o modo correto de uma pessoa sentar-se, tá quando a gente fala em pessoa a gente tá falando no geral, e o modo corretíssimo a pessoa estando sentada ereta.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Sim, aprende-se tanto na escola como a postura também ela vem de casa.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável é aquela que nos devemos tomar todos os cuidados com ele , é uma boa alimentação tá você pode fazer exercícios ginásticas valorizando seu corpo em questões de não não ter nenhum tipo de doenças.

Entrevista 27 – (29 anos, sexo feminino, professora de biologia, Guarulhos)

1 - O que você entende por postura?

Postura. Deveria ser certa né. Postura é seria movimentos... corretos que a gente ter... ao sentar ao andar ao abaxar levantar, deitar.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Também.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Corpo saudável depende também de mente sã, é corpo saudável seria aquele que tem uma alimentação saudável, que dorme bem, que consegue desempenhar as atividades durante o dia sem maior complicação.

Entrevista 28 (professor de educação física, 30 anos, sexo masculino, Mauá)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é um conceito que vem da Grécia antiga, onde tinha os espartanos e os gregos, uns cultivavam o corpo e os outros a mente, mas não é um costume que define corpo saudável, é um equilíbrio entre os 2 que define isso, pois com a mente equilibrada, sem stress o seu corpo responde bem a qualquer estímulo físico, mas também não adianta ter uma mente saudável, cheia de conhecimentos se o seu corpo está totalmente debilitado. ‘mente sã, corpo são’

2-O que você entende por postura?

Postura pode se entender por postura alguma coisa como postura física, aquela que o indivíduo faz com que as suas estruturas fique de uma forma que não prejudique sua funcionalidade e que nem provoque muita dor é aquela postura que futuramente terá reflexo na sua vida, agora postura pode ter outro significado, um significado mais psíquico, como quando dizem que aquela pessoa tem postura, o que muitas vezes quer se dizer é que aquela pessoa sabe se “colocar” em público, ela sabe conversar, andar, sabe como agir em certas ocasiões. Tem também alguns casos, como os modelos ou outras pessoas famosas, que se diz que ela tem postura para aquele determinado papel que ela está exercendo, um policial, um advogado, tem que ter uma postura para impor respeito mediante algo, assim como nós no dia-a-dia, para encarar os ‘perigos’ da vida selvagem na cidade mas também p/ enfrentar os outros selvagens dela. Pode-se ainda juntar postura física com a psicológica, pois algumas pessoas entendem que aquela postura física reflete psicologicamente, no modo de agir. Há relatos que antigamente as mães enrolavam seus bebês bem forte para que no futuro eles ter aquela postura idealizada.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

De certo modo sim, aprende-se postura na escola, mas não só a postura física e sim a psicológica, pois as crianças na escola aprendem o que se deve ou não deve fazer em grupo, com os outras pessoas ou colegas de sala, como se deve tratar o professor e etc..

Entrevista 29 – (40 anos, sexo feminino, professora de língua portuguesa Guarulhos)

1 - O que você entende por postura?

Pra mim a postura é como a pessoa é se comporta... em pé... ou sentada né, desde que ela mantenha né a coluna ereta.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Olha até que acredito que se aprende, porque normalmente a gente ta sempre corrigindo o aluno falando olha senta direito né, fica certinho cuidado com a coluna... então eu acho que não só em casa mas na escola se aprende sim.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Bom eu não sou a pessoa assim mais certa pra ta falando porque eu to até o meu corpo não ta la muito saudável porque eu não to cuidando dele como eu deveria mais eu acredito que a pessoa pra ter um corpo saudável um copro saudavel e a pessoa cuida dele né é como se a alimentação né nos períodos de manha, tarde e noite ta controlando num ta comendo coisa muito gordurosa é que esteja te prejudicando a saúde como eu já disse eu não sou a pessoa

indicada pra fala mas eu acho que pra você mantê a sua saúde você tem que te uma boa alimentação.

Entrevista 30 – (sexo masculino, 33 anos, professor de matemática, Santo André)

1 - O que você entende por postura?

Mas que sentido postura física ou postura de atitude?... acho que é tentar no dia a dia fazer o que é certo né ... só isso.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Pó se depende da situação.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Eu creio que se trate se alimenta bem, faz exercícios e só.

Entrevista 31 – (sexo masculino, personal training, 30 anos, São Paulo)

1-O que você entende por postura?

Duas coisas, postura física do organismo, que envolve musculatura, ossos, etc.. e postura frente a alguma situação, o modo de pensar e se comporta de cada um sendo que ambos podem ter correlação a postura física está intimamente ligada ao comportamento.

2-Você acha que se aprende postura na escola?

Postura física com certeza, se não de uma forma direta, aprende-se de forma indireta nas aulas de educação física, por exemplo. Agora, postura de conduta

com certeza aprende-se de forma indireta, pois atrás de nossos aprendizados com relação à diferentes matérias, acabamos "montando" nossa personalidade e assim conseqüentemente nossa postura.

3-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável é estar em harmonia consigo próprio, corpo, mente e social integrados.

Entrevista 32 –(sexo masculino, 31 anos, professor de matemática, Santo André)

1 - O que você entende por postura?

Ah...a posição de andá, de sentá, dormir...

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Não.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

É corpo saudável tanto a parte física como mental... a tem que tar bem né, tanto a é... a pessoa bem exercitada, que faz exercícios com uma certa frequência.

Entrevista 33 – (sexo masculino, 39 anos, professor de matemática, Osasco)

1 - O que você entende por postura?

.. Pó você não podia ter perguntado isso antes pra eu pensar a resposta... de bate é pronto... isso é legal... desliga um pouquinho deixa eu pensar....

(pensando)... Postura! postura eu acredito que seja arrff é é uma pessoa... quase que na posição de sentido que bem bem ereta.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

De maneira alguma.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

Eu acredito que corpo saudável...seja é é a parte a parte fisiológica boa "sangue", a parte interna que são os órgãos é , o sangue eu não lembro se eu falei mas sangue, urina e essa parte toda. Ai, si isso tudo tiver bom, inclusive a cabeça né, cérebro, se isso tudo tivé bom eu acredito que a pessoa seja saudável.

FAMILIARES

Entrevista 1 - (mãe de 2 filhos de 7 e 10 anos, Osasco, 36 anos, 2º. Grau incompleto, recepcionista)

1-O que você entende por postura?

Postura seria inúmeras forma de se aprender na sociedade existe vários tipos de postura. Postura na sociedade, postura ética, postura familiar para cada ocasião nos devemos ter uma postura coerente. Em certas ocasiões é muito difícil escolher o tipo de postura que devemos tomar, mas se não fosse assim a vida seria muito sem graça, pois não haveria nenhuma surpresa todo seria muito simples de se resolver. Se formos olhar essa palavra tem outro sentido né! Devemos sempre ter uma postura correta em relação à coluna vertebral e todas partes do corpo.

2-Você a acha que se aprende postura na escola?

De certa forma sim. A escola é o primeiro contato com a sociedade, pessoa que você não conhece e que vai ter que se acostumar e conviver como um grupo. Você aprende qual a postura deve levar em consideração ao conviver com pessoas diferentes de você.

3-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável seria um corpo físico e mentalmente, acaba transferindo essa energia negativa para o seu corpo se fadiga você transfere isso p/ o lado mental afetando o bem estar do individuo. Corpo para ser saudável tem de estar em uma boa sintonia com a mente.

Entrevista 2 –(34 anos, mãe de criança com 4 anos, 2º. Grau completo, Guarulhos, do lar)

1-O que você entende por postura?

Há duas posturas que vem a cabeça, pois tem a postura física onde o individuo mantém frente ao espaço (com sentar, andar, levantar, etc...)e tem a postura frente a sociedade “pessoa”, aquela em que a pessoa se comporta em cada situação em que a vida ou as próprias atitudes da pessoa seja boa ou ruim certa ou errada, nos leva a trilhar um caminho”destino.

2-Você acha que se aprende postura na escola?

Sim e não. Sim, o individuo pode adquirir os conceitos na escola e com isso, aprende-los e fazer com que se torne parte de seus conceitos e atitudes.

Não, o indivíduo têm conceitos dado na escola, mas não os leva em consideração fazendo com que de cada parte de suas atitudes (por exemplo) e motivos de cada indivíduo)

3-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável entendo como se cada indivíduo estivesse “bem consigo mesmo”, ou seja. Não importa se há uma doença, um defeito físico, ou mesmo um corpo malhado, mas sim o olhar da pessoa para ela mesma, vendo seus defeitos, qualidades, erros e acertos sabendo lidar contudo isso de uma forma saudável, sem se machucar ela mesma (auto flagelo psicológico)

Entrevista 3 - (mãe de criança de sete anos, professora, 32 anos, Santo André, superior completo)

1 - O que você acha de um corpo saudável?

Saúde por inteiro, ou seja, corpo e mente saudável. O corpo influencia na saúde da mente, mas a mente tem um forte domínio sobre o corpo...que pode levar este corpo a doenças ou fazer mesmo uma pessoa saudável...

2-O que você entende por postura?

Eu entendo como postura as características morais de uma pessoa, característica que dizem respeito a valores, conceito, percepções, reações... Qual é a postura perante uma traição, ou seja, qual a sua reação, sua percepção relacionada a uma traição? Eu também interpreto postura como a índole de uma pessoa. Por exemplo, a minha postura é de uma pessoa que apesar de nova já sofri muito, portanto eu me classifico como uma pessoa responsável que pensa muito antes de fazer qualquer coisa, pois tenho consciência de que o resultado de meus erros podem fazer muita gente sofrer.

Minha postura em relação a meu pai, por exemplo, é uma postura fria e distante mas que só se torna assim por alto defesa...

3 - Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que a escola pode influenciar muito, mas aprender isso na escola... Depende muito de como a pessoa está "aberta" para tais conceitos, mas a maneira de sofisticar sua própria postura é com as experiências de vida, mesmo porque já nascemos com tendências que levam a certo tipo de valores.

Entrevista 4- (30 anos, pai de menino com 5 anos, 2º grau incompleto, Mauá, vendedor)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Acho que é saúde interna que reflete um corpo saudável é basicamente isso, você se cuidar, alimentação, exercícios físicos, acredito que seja isso.

2-O que você entende por postura?

Acho que é só da saúde da pessoa.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Eu acho que sim, pois se postura fosse ensinado na escola poderia ser evitado vários problemas de saúde.

Entrevista 5- (49 anos, Auxiliar de Limpeza, mãe de dois adolescentes de 10 e 11 anos, São Paulo, 1º grau incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O que eu entendo é que a gente tem que se alimentar bem para não parecer a idade que tem, p/ ficar bonita, com a pele bonita, né? Através da alimentação não é isso?

2-O que você entende por postura?

... Você fala sobre beleza? Não mas sobre o que assim, você fala assim postura...mas sobre o que assim né, sobre beleza é? Altura isso que você fala?... bom o que eu entendo assim é postura, uma pessoa perfeita entende!? Acho que a partir do momento que a gente é perfeita...não falta nada no ser humano.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

De de alguns... sim, de algumas pessoas sim outras não.

Entrevista 6 –(34 anos, mãe de 2 filhos de 6 e 9 anos, Guarulhos, 2º grau completo, do lar)

1-O que você entende por postura?

Tanto pode ser relacionado a anatomia, quanto à nossa postura como profissional, como ser humano, que é a mais difícil. De acordo com cada situação em nossa vidas, temos uma “postura”, uma atitude diferente, que nem sempre agrada as pessoas que estão a nossa volta, muitas vezes a postura que tomamos frente a uma problemática que se apresenta acaba criando outros conflitos.

2-Você acha que se aprende postura na escola?

A escola participa em alguns instantes, mas creio que essa postura vem de casa, da família.

3-O que você entende por corpo saudável?

Corpo saudável, significa mente saudável, minha compreensão, porque ser humano está bem psicologicamente, com certeza o seu corpo reagira de forma saudável, mesmo que haja uma patologia instalada a pessoa saberá lidar com tranquilidade, se a sua mente estiver bem

Entrevista 7 - (22 anos, vendedora, Guarulhos, mãe de criança com 4 anos, 2º Grau incompleto)

1- O que você acha de um corpo saudável?

Se alimentar bem, praticar exercícios.

2- O que você entende por postura?

Minha postura é errada, porque no meu dia-a-dia eu não tenho tempo de me avaliar quando me levanto e sento. Eu não presto atenção.. Não me sento adequadamente e isso vai prejudicando minha postura.

3- Você acha que postura se aprende na escola?

Mais ou menos, porque quando você é criança tá no ginásio os professores até ensina como você tem que sentar, só que isso se tiver uma técnica de fazer freqüentemente dá certo, mas se erra custa futuramente.

A postura de criança me preocupa, porque elas estão tendo um desenvolvimento muito rápido elas atropelam a idade delas, elas não estão fazendo o que uma criança de 5 anos faz na idade delas, estão agindo como uma criança de 10 anos. Futuramente ela vai estar agindo muito mais errado e não sabem o que estão fazendo. Eu acho que uma grande parte dos pais estão errando, porque eles estão deixando as crianças agirem como querem.

Elas jogam muita culpa na escola achando que é culpa da escola, e só dá uma orientação para complementar o que os pais ensinam em casa.

Entrevista 8 – (74anos, aposentado, avô de dois adolescentes de 12 e 15 anos, São Paulo, 1º grau incompleto)

1. O que você entende por corpo saudável?

Eu acho que é se alimentar bem ,fazer esporte, é uma pessoa normal, bonita, forte, corada. Uma pessoa doente é diferente...é uma pessoa com mal estar, por exemplo com gripe problema no intestino, problema na coluna, na vista. Tem que comer comida.

2. O que você entende por postura?

Pessoa com um corpo perfeito, pode trabalhar com desfile de moda, bem educada, sabe conversar.

3. A postura das crianças se aprende na escola?

Não! Mas as vezes tem que se preocupa, se precisa levar ao médico.

Entrevista 9 (53anos, advogado, Quatro filhos (11, 14, 18 e 23 anos), São Paulo)

1. O que você acha de um corpo saudável?

Acredito que um corpo saudável, daria no futuro um envelhecer mais saudável.

2. O que você entende por postura?

Postura é uma conduta ética de caráter honestidade que sera carregado para o resto de nossas vida.

3. Você acha que postura se aprende na escola?

Acredito que deveria ser um complemento de sua família, porque é da infância que se carrega uma postura.

Entrevista 10 (27 anos, Veterinária, mãe de criança com 6 anos, São Paulo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Que tenha uma boa alimentação e que não necessite de medicação.

2-O que você entende por postura?

Postura é aquela que o nosso corpo se adequa.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim. Os professores, a escola devia ta fazendo isso...mas eu não acho que tá acontecendo isso

Entrevista11 - (37 anos, motorista, pai de dois filhos de nove e doze anos, MAUÁ, 1º grau completo)

1 - O que você entende por postura?

Postura é a forma de uma pessoa fica em pé ou sentada de uma forma determinada assim é correta.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Aprende claro, depende do professor que tiver ensinando.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

É ... saudável ... é aquele que você pode exigir dele um é flexibilidade é agilidade i outras coisas.

Entrevista12 - (32 anos, montador de veículos, pai de três filhos de 2, 5 e 7 anos, Mauá, 1º grau completo)

1 - O que você entende por postura?

Postura é a posição do nosso corpo, é qui nois sentamos, andamos, deitamos quer seja certa ou errada, são as nossas atitudes.

2 -Você acha que se aprende postura na escola?

Sim.

3 -O que você entende por um corpo saudável?

... .. Perai... corpo saudável é quando você consegue exercer suas atividades do seu dia-a-dia.

Entrevista 13 (dona de casa, Santo André, 33 anos , mãe de dois filhos de 6 e 9 anos, 1º grau incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é não só a ausência de uma doença, mas sim possuir um bom comportamento físico, emocional, social etc.,

2-O que você entende por postura?

Eu não sei dizer exatamente o que é...

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que sim...na escola se aprende muitas coisas..pelas trocas com os outros...

Entrevista 14 - (43 anos, Microempresário, pai de dois filhos de 7 e 9 anos, São Paulo, superior incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Uma boa alimentação poder fazer atividade física normalmente, não precisar tomar medicação.

2-O que você entende por postura?

É a postura adequada ao teu corpo e a postura em relação à sociedade.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Talvez, como na infância passamos bastante tempo na escola pode ser que a criança aprenda com seus colegas, às vezes até aprende errado, mas até pode aprender correto. Por isso é legal aprender com os professores, pois se aprende errado é muito difícil corrigir futuramente.

Entrevista 15 – (51anos, comerciante, mãe de dois filhos de 19 e 13 anos, São Paulo, 2º grau incompleto)

1. O que você entende sobre corpo saudável?

A pessoa estar bem, sem nenhum tipo de doença

2.O que você entende por postura?

Sem problemas de coluna

3. Você acha que postura se aprende na escola?

Hoje em dia existem muitos jovens com problemas de coluna, mas eu não acho que se aprende postura na escola. Deveria ser ensinado, mas a gente não vê isso na escola, não ...

Entrevista 16 – (20 anos, Balconista, Guarulhos, não tem filhos e vem à escola para trazer os sobrinhos de 9 e 11 anos, 2º grau incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Se alimentar bem, praticar exercícios.

2-O que você entende por postura?

Não tenho postura certa, como me canso muito acabo relaxando no meu corpo, sei que me prejudica mas é um peso no corpo.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

As professoras no colégio brigam pra gente se arrumar na carteira, mas “enche o saco”, as carteiras são ruins...O mundo ta ficando moderno, e acho que as crianças também e pra mim isso é legal. Ah! e a postura deve ser a mesma coisa que era comigo no colégio.

Entrevista 17 – (33 anos, comerciante, São Caetano do Sul, sem filhos, tio de menino de 12 anos, superior completo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável é o corpo funcional não importa se está dentro das medidas adequadas, se alinhado ou não em resumo dentro do padrão cultural determinado pela sociedade em determinado momento, se permanece dentro do “modismo” atual.

2-O que você entende por postura?

Postura é a forma como o indivíduo se apresenta, comporta diante da sociedade entre vários momentos dentro do meio familiar, trabalho, lazer; postura de forma mecanismo de defesa perante as diversas situações em que o indivíduo se vê inserido ao longo da trajetória da vida... a postura revela a vida, cotidiano, comportamento e a personalidade do indivíduo, a postura, medos, prazer e coragem.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, porém a escola molda a postura através da aplicação do ensinamento de crença, culturas de uma sociedade; a escola não ensina porém aplica o padrão postural.

Entrevista 18 (40anos, funcionária de universidade particular, São Paulo, vem à escola trazer os sobrinhos de 7 e 12 anos, 2º grau completo)

1. O que você acha de um corpo saudável?

É um corpo muito bom, com sinal de saúde...

2. O que você entende por postura?

Postura é o jeito correto da pessoa de sentar, andar, fazer as coisas...

3. Você acha que postura se aprende na escola?

Não, basta nós analisarmos, e percebermos que estamos em uma postura inadequada.

Entrevista 19 – (24 anos, secretária, São Bernardo do Campo, mãe de criança com 5 anos, superior incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Para mim corpo saudável é você estar com o bem estar físico e mental.

2-O que você entende por postura?

Postura é ter caráter, personalidade, educação, etc. É saber lidar com as situações à cada ambiente freqüentado. A postura é acima de tudo à auto-imagem do indivíduo, ou seja, são as características que ele apresenta. Postura é a soma de características adquiridas no decorrer a vida.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Eu acho que na escola nos somatizamos à “postura”, ou seja, adquire-se um pouco mais pois a maior contribuição para ganho de postura é adquirido em casa com a família, pois é onde passamos o maior tempo, ou seja é a nossa essência. Mas a postura também pode ser mudada de acordo com os grupos escolhidos...onde ele vive ou viveu....

Entrevista 20 – (20 anos, estudante de direito, Santo André, tia de criança com 8 anos, superior incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O corpo saudável é ter mente saudável, pois não adianta ter corpo saudável se não estiver bem emocionalmente...

2-O que você entende por postura?

Eu entendo por postura...que ela faz parte do nosso dia a dia, pois tudo o que vamos fazer é preciso uma boa postura. E postura é também educação, é saber se comportar.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Pra mim postura vem de casa...é como educação...ninguém aprende na escola...Porque escola foi feita para ter cultura, um bom diálogo pra enfrentar o mundo dos negócios...

Entrevista 21- (23 anos, mãe de criança com 6 anos, São Paulo, universitária)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Eu acho que uma pessoa com um corpo saudável é aquela que faz exercícios físicos, têm uma alimentação saudável, não bebe, não fuma, Não usa nenhum tipo de drogas.

2-O que você entende por postura?

Pra mim postura é andar, sentar corretamente. Têm também a postura da forma que o indivíduo se portar diante da sociedade, a postura de ser discreta, educada.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que postura se aprende com a vida.

Entrevista22 (25 anos, universitária, mãe de duas crianças com 8 e 2 anos, Santo André)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Ter o corpo saudável não depende de apenas exercícios físico mas de uma mente em harmonia, saudável. Ser saudável não é apenas ter músculos bem definidos e sim equilíbrio entre corpo e mente.

2-O que você entende por postura?

Ter postura é ter a coluna ereta e ser uma pessoa calma. Comportamento e respiração da pessoa com certeza influencia em sua postura corporal.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Deveria, mas infelizmente não acontece e se acontece os alunos não dão importância.

Entrevista 23 – (22 anos, universitária, Santo André, Mãe de criança com 1 ano e meio)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Quando eu penso em corpo primeiramente vem cabeça em primeiro lugar, corpo saudável para mim é ter uma boa refeição, repouso, eu fumo desde os 13 anos de idade mas eu considero que tenho um corpo saudável tem que ter cabeça boa, não adianta você comer só isso ou aquilo, 6 refeições diárias e na hora certa tudo com responsabilidade.

2-O que você entende por postura?

Eu acredito que seja um bom posicionamento estrutura óssea na forma de sentar de se deitar em fim esse tipo de coisa principalmente quando você está numa aula, numa palestra, a gente se pôr de maneira correta.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Ah! Com certeza à partir do momento que as pessoas vão à escola tem aquele problema da mochila já é um erro é o começo do erro, ta acostumado a carregar aquela mochila enorme aquele carrinho. É muito importante.

Entrevista 24 – (24 anos, universitário, Guarulhos, pai de criança com 3 anos)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável está diretamente relacionado a saúde e o bem estar físico, psíquico e social, portanto eu entendo que um corpo saudável é um corpo que está relacionado ao equilíbrio social, psíquico e físico.

2-O que você entende por postura?

É difícil entender mas postura, a primeira vista, na primeira tentativa de entender, se leva em consideração que postura esta diretamente relacionado a posicionamento, mas este posicionamento pode ter dois tipos de interpretação. A primeira é uma postura relacionada a posicionamento, mas um posicionamento direcionado a um estado físico, por exemplo, sentado, em pé, deitado. Já a segunda para postura está relacionado a um posicionamento relacionado a opinião, mas não sobre o tipo de opinião e sim de como “colocar” esta opinião para outra pessoa, de como escolher o momento correto para expressar esta opinião, saber se deve ou não expressar determinada opinião em determinados momentos. Ambos os tipos existem duas interpretação a correta e a errada. Que é pré-disposto por alguém ou por um grupo de pessoas

onde, determinam qual é o certo e qual é o errado, mas na verdade, por esta ser uma questão individual, onde o errado para alguns pode ser o correto para outros e vice versa. O grande problema desta tal postura, na minha opinião, é que para ambos os tipos, é uma coisa muito pessoal, individual, fazendo parte da personalidade de cada indivíduo e devendo ser respeitada, por fazer parte da personalidade de cada um. Não se deve ultrapassar o limite de cada indivíduo, respeitando a individualidade de todos.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Na escola pelo indivíduo estar em formação, tanto física quanto psíquica, tenta-se ensinar um padrão, tenta enquadrar todos em uma determinada maneira em uma determinada postura mas nem todos se enquadram. Resumindo: eu acho que se ensina postura na escola, ou pelo menos tentam, mas não se aprende postura na escola.

Entrevista 25 (recepcionista, 27 anos, mãe de 2 filhos de 5 e 9 anos, São Bernardo do Campo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

É a mente “de acordo” com o corpo, o corpo obedecendo a mente, a mente tranqüila e com bom estado para raciocínio. É um estado de mente e corpo em bem estar.

2-O que você entende por postura?

É a forma que uma pessoa se comporta perante as situações. Esse comportamento pode ser de stress ou histérico perante um fato que a afeta de forma agressiva; podendo ser tímido ou encabulado perante um fato constrangedor ou comportamento que mostra alegria se o fato é agradável. O comportamento de histeria pode ser causado por cargas muito forte igual a das

fãs, por exemplo, quando se encontram com os ídolos. Enfim, postura é a forma ação que uma pessoa tem, é como uma pessoa age. Existe até pessoas que só engolem o assunto, mas se remoendo por dentro, tendo uma postura formal ou pessoas que gritam e quebram tudo, tendo uma postura agressiva e informal.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

A pessoas vão adquirindo postura desde a infância, inclusive na fase escolar. A educação que a criança recebe, como os pais tratam essa criança e como eles se tratam na frente dela, vão formando a postura. As amizades e influências, situações em que elas são colocadas, exemplo que lhe são mostrados; E isso pode mudar de acordo com o crescimento do indivíduo, com experiência vividas e com a forma que ele vê o mundo, ou melhor, a postura do indivíduo pó der mudada de acordo com sua maturidade, porém acho que a base dessa postura, que é adquirida até mesmo durante a fase em que é apenas em bebê, não muda.

Entrevista 26- (25 anos, analista de sistema, Santo André, pai de menino com 5 anos)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável não é apenas a ausência de uma doença, mas em geral é o bem estar físico, mental, social e espiritual de cada indivíduo.

2-O que você entende por postura?

Postura vem do estado fisiológico, mas também da cultura de cada indivíduo, respeitando o seu estado físico e mental. Quando falamos de postura não estamos nos referindo só a coluna, mas no corpo como todo, a forma de andar, posição no sentar entre outras. A postura se adquire desde a

infância, na observação dos pais, a criança tente sempre imitar os mais velhos, tendo como uma referencia.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Postura na escola poderia se aprender, mas os professores não dá ênfase a isso, acha que é bobeira. A criança na escola tem a mesma postura que os pais ou professores.

Entrevista 27 – (47 anos, comerciante, Santo André, pai de três filhos de 14, 17 e 19 anos, 2º grau completo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Para mim o corpo saudável varia de pessoa para pessoa. Não existe um padrão para o corpo, e sim uma pessoa que tenha uma atitude de ser resolvida com seu corpo. A pessoa que tem um corpo saudável é aquela que se olha e não encontra problema no que está vendo, independente do que os outros consideram.

2-O que você entende por postura?

Eu acho que postura é a somatória dos aspectos físicos mais a personalidade do indivíduo. O resultado da sua postura vem da sua reação perante as emoções vivenciadas. Pessoas que conseguem encarar os seus problemas, são desinibidas, comunicativas, geralmente mantêm uma postura física mais alongada, mantêm o olhar para o horizonte, cabeça erguida, peito aberto. Por outro lado os indivíduos que são mais fracos para os problemas, mais acanhados não gostam de ser percebidos tentam a se fechar projetando os ombros para frente adotando uma postura corcunda, olhar baixo, sem comunicação.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Não, na escola não se aprende nem a postura física, quanto mais a postura atitude. O professor só se preocupa em passar o seu conteúdo, e não com as pessoas que estão assistindo sua aula. Isso é uma coisa que preocupa, porque a escola devia prestar atenção nisso....

Entrevista 28 –(28 anos, desempregada, Santo André, mãe de criança com 7 anos, 2º grau completo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável para mim é quando a pessoa esta bem fisicamente, social e psicologicamente, não basta apenas estar sem patologia nenhuma, tem que estar tudo em equilíbrio corpo e mente.

2-O que você entende por postura?

A palavra postura tem duplo sentido, pode significar a maneira como a pessoa lida com as situações da vida, frente a alguma situação ela pode ter uma postura correta, como saber o que fazer, como fazer da melhor forma possível e pode ter uma postura incorreta a pessoa resolver alguns problemas mas não com uma postura correta, não agiu da melhor forma. E a palavra postura pode significar o conjunto das características físicas da pessoa, por exemplo, se em pé fica reta, ou a maneira da pessoa sentar, deitar, se sentar correto ou não.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

A postura social acho que é uma coisa que as escolas tentam ensinar, a postura física acho que é mais deixada de lado. Algumas escolas são mais rígidas, nessas escolas acho que se pode aprender um pouco de postura, mas

acho que a família é a que ensina mais a postura correta tanto social como física, pois não é fácil lidar com as posturas.

CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Entrevista1 (15 anos, sexo masculino, Mauá, 2º grau incompleto)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Seria uma alimentação boa, legal, não sei.

2-O que você entende por postura?

Postura da pessoa, ta, com a coluna reta. Ah coluna reta, andar de forma correta., sentar direitinho, estas coisas...

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Sim, porque seria mas fácil aprender quando é criança do que a pessoa mais velha.

Entrevista 2 – (13 anos, 7ª. série, Mauá, sexo feminino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Não usar, drogas, boa alimentação.

2-O que você entende por postura?

Nada.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Ah, também pode ser.

Entrevista 3 – (16 anos, 2º colegial, Mauá, sexo masculino)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Ah, boa alimentação, forma física.

2-O que você entende por postura?

Quanto melhor a postura, mais saudável, ajuda a digestão e não fica corcunda.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Também aprende na escola, mas uma parte importante se aprende em casa e com amigos ...mas tem outra que é com você mesma...acho que pela vida...

Entrevista 4 – (14 anos, estudante 8ª série, sexo masculino, São Paulo)

1. O que você entende por corpo saudável?

Ai meu Deus! Eu não sei... acho que é por exemplo uma alimentação saudável.

2. O que você entende por postura?

Bom...Pera aí! Se sentir bem, confortável...acho que é isso

3.Você acha que postura se aprende na escola?

Acho que se aprende, mas vem de berço também, da convivência com outras pessoas, do dia-a-dia.

Entrevista 5 - (12 anos, 6ª. série, sexo feminino, São Paulo)

1. O que você entende por um corpo saudável?

Um corpo ereto

2. O que você entende por postura?

Tem de ser reto

3- Você acha que se aprende postura na escola?

Eu acho que sim...

Entrevista 6 (16anos, sexo masculino, 2º colegial, Santo André)

1. O que você entende por um corpo saudável?

Ah! Sei lá, corpo saudável é um corpo bonito, sarado, malhado, acho que é isso.

2. O que você entende por postura?

É Andar sempre reto, adequadamente, sentar reto, certo, ombro para trás.

3. Você acha que postura se aprende na escola?

Poderia, mas não é só dever da escola e sim dos pais também.

Entrevista 7 (17anos, aluna do 3º. colegial, Santo André)

1. O que você acha de um corpo saudável?

Corpo saudável? Ah...Um corpo sem nenhum arranhão, uma pessoa que não fuma, não bebe, não usa droga...

2. O que você entende por postura?

Ah, ereta!

3. Você acha que postura se aprende na escola?

Não.

Entrevista 8 – (15 anos, aluna do 1º. colegial, Santo André)

1-O que você acha de um corpo saudável?

...Eh, boa alimentação, exercícios físico etc.

2-O que você entende por postura?

Postura correta de se sentar, de andar... carregar peso...acho que é isso

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Hum, normalmente não, é em casa.

Entrevista 9 – (18 anos, aluna do 3º colegial, Santo André)

1-O que você acha um corpo saudável?

Corpo saudável não significa apenas ter um corpo malhado de academia, se sua cabeça não está bem, pois corpo e cabeça estão muito ligados para

você se sentir bem consigo mesmo. Você estando com os dois legais cabeça e corpo ai sim terá um corpo saudável.

2-O que você entende por postura?

Entendo postura no sentido de um bom posicionamento corporal, como a pessoa anda como ela senta, e também entendo postura na vida como a pessoa se porta diante de algumas situações do seu dia-a-dia, qual seu comportamento, como ela age enfim qual sua postura.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Na escola está numa fase em que não há preocupação quanto a sua vida profissional não há preocupações fora ir para escola e volta para casa, já quando você entra numa faculdade você começa a ter uma postura diferente pois começa a pensar no que irá fazer na sua vida, não só profissionalmente, mas sim sentido geral de vida.

Entrevista 10 (19 anos, aluna do 3º colegial, Mauá)

1-O que você acha de um corpo saudável?

Ah um corpo saudável pra mim é um corpo ideal, um corpo sem nada de toxina

2-O que você entende por postura?

Postura? Não sei dizer.

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Pode ser, também ajuda muito, se a professora falar, ensinar...eu acho que ajuda sim...

Entrevista 11 (17anos, aluna do 2º colegial, São Paulo)

1- O que você acha de um corpo saudável?

... Corpo sem doença.

2- O que você entende por postura?

... éééh, corpo são, mente sã.

3- Você acha que postura se aprende na escola?

Não

Entrevista 12 – (19 anos, aluno do 3º colegial, São Paulo)

1-O que você acha de um corpo saudável?

O corpo saudável é aquele que pratica exercícios.

2-O que você entende por postura?

É uma postura ereta, certinha, com a coluna no lugar. Acho que é isso...

3-Você acha que postura se aprende na escola?

Deve ter aprendido em casa, os pais deveriam ensinar, mas pode aprender na escola, com os professores... postura em criança preocupa bastante...por causa do futuro...

ANEXO 16

Termo de Compromisso

Eu.....

R.G....., após esclarecimentos sobre a natureza e os objetivos da tese “O universo contraditório dos cuidados posturais em crianças: representações sociais de profissionais de saúde, professores, funcionários, familiares e alunos em torno da postura humana” de autoria de Maria Elisabete Guazzelli, concordo com a utilização do conteúdo da entrevista realizada emcom o compromisso do pesquisador na manutenção de total sigilo e autonomia para decidir sobre minha participação.

Fica também garantida a possibilidade de desistência dessa minha participação a qualquer momento até a publicação da pesquisa, bem como a sua utilização em benefício dos sujeitos nela envolvidos. Fica também estabelecida a eliminação de fatores maleficientes.

.....

.....