POSTURALNA ANALIZA GLAVE I VRATA KOD MLADIH ODRASLIH: DOPRINOS DIGITALNIH ALATA

[1] **Emil Novosad**
[1] **Mario Bezjak**
[1] **Nina Bilić**
[1] **Gabrijela Bistrović**
[1] **Ivan Jurak**
[1] **Lukrecija Jakuš**

[1] **Zdravstveno veleučilište Zagreb**

Uvod: Posturalna odstupanja glave i vrata sve su učestaliji problem u mlađoj populaciji, a mobilne aplikacije omogućuju njihovu brzu i neinvazivnu procjenu.

Cilj: Analizirati posturalna odstupanja glave i vrata u studentskoj populaciji primjenom mobilne aplikacije Apecs te ispitati razlike između muškog i ženskog spola.

Metode: U istraživanju je sudjelovalo 102 studenta Zdravstvenog veleučilišta u Zagrebu (40 muškaraca i 62 žene). Procjena posture provedena je s pomoću aplikacije Apecs iz četiri standardizirane projekcije (anteriorne, posteriorne i obostrano lateralne), uz jasno definirane referentne točke. Prikupljeni su demografski i antropometrijski podaci te informacije o životnim navikama. Statistička obrada uključivala je deskriptivne analize i Mann-Whitneyjev U-test ($p < 0,05$).

Rezultati: Nisu potvrđene statistički značajne razlike između spolova u većini posturalnih varijabli ($p > 0,05$), iako su trendovi ukazivali na veći nagib glave i promjene u poravnanju ramena kod ženskih ispitanica. Slične vrijednosti ITM-a i tjelesne aktivnosti pomogle su u tumačenju nalaza. Aplikacija Apecs potvrdila se kao brz i pouzdan alat za standardiziranu posturalnu analizu. Pregled literature pokazuje rastuću validaciju mobilnih aplikacija u odnosu na laboratorijske metode, uz potrebu za referentnim vrijednostima i standardizacijom postupaka.

Zaključak: Dobiveni nalazi potvrđuju potencijal mobilnih aplikacija poput Apecsa u procjeni posture u obrazovnim i kliničkim uvjetima. Iako spolne razlike nisu bile značajne, uočeni obrasci ukazuju na važnost daljnjih istraživanja na većim uzorcima. Mobilna posturalna analiza može imati važnu ulogu u ranom otkrivanju poremećaja i razvoju preventivnih fizioterapijskih strategija.

Ključne riječi: postura, mobilna aplikacija, spolne razlike

Datum primitka: 10.09.2025.

Datum prihvaćanja: 24.09.2025.

Autor za dopisivanje:
Emil Novosad
E-pošta: cmrocan@gmail.com