

O QUE É RPG?

A Reeducação Postural Global, ou RPG, é um método da fisioterapia que trata as desarmonias do corpo humano levando em consideração as necessidades individuais de cada paciente, já que cada organismo reage de maneira diferente às agressões sofridas. É uma técnica revolucionária que considera os sistemas muscular, sensitivo e esquelético como um todo e procura tratar, de forma individualizada, os músculos que se diferenciam na estrutura. Criada na França, em 1980, pelo fisioterapeuta francês Philippe E. Souchard, a RPG é uma técnica realizada exclusivamente por fisioterapeutas.

Philippe Souchard tem 12 livros publicados sobre o método de RPG, traduzidos para o português, inglês, espanhol, italiano e alemão.

A TÉCNICA

Dores nas costas, nas articulações, noites mal dormidas, tensões musculares etc. Quem nunca passou por pelo menos uma dessas desagradáveis experiências?

A terapia RPG trata esses e muitos outros problemas com bons resultados, por meio da reeducação do corpo. **Exemplo:** Quando sofremos uma contusão, a primeira reação é fazer com que o corpo tente proteger a lesão para não sentirmos dor. Por isso, criamos, automaticamente, um mecanismo de "compensação" para evitar o problema inicial. É o que acontece quando torcemos o tornozelo. Para não termos dores, enrijecemos a musculatura e transferimos para a outra perna o apoio corporal e mancamos. Com isso, criamos uma série de compensações em todo o corpo.

O TRATAMENTO

Para se obter um resultado positivo com RPG são necessárias sessões semanais de uma hora, podendo haver exceções nos casos de maior gravidade. O tratamento é indicado para todas as faixas etárias.

PRINCÍPIOS

A técnica de RPG não visa apenas atender pacientes que estejam sentindo dor, mas também a aqueles que buscam encontrar um melhor equilíbrio e viver em harmonia com o corpo.

- *Individualidade:* cada ser humano sente e reage de maneira diferente.

- *Casualidade*: a verdadeira causa do problema pode estar distante do sintoma. ARPG remonta da consequência à causa.
- *Globalidade*: não tratar partes isoladas, e sim o corpo como um todo.

EM QUAIS PATOLOGIAS A **RPG** É INDICADA?

Para as mais diversas patologias clínicas a técnica de RPG é indicada. Abaixo alguns exemplos:

- *Ortopédico*: Ex.: Pés planos e cavos, joelho valgo, joelho varo, joanetes, escoliose, hiperlordose, hipercifose, torcicolo, dor cervical, dor dorsal etc.
- *Neurológico*: Ex.: Hérnia de disco e labirintite.
- *Reumatológico*: Ex.: Artrites, artrose, bursite, tendinite etc.
- *Respiratório*: Ex.: Asma, bronquite etc.
- *Somáticos*: Ex.: Stress, distúrbios circulatórios e digestivos etc.

Colaboração: Sociedade Brasileira de R.P.G. <http://www.sbrpg.com.br>