



Trabalho 3

músculos estáticos, que são agrupados em um conjunto comumente chamado de cadeias musculares. Podemos pensar em nosso corpo como um quebra cabeças, em que, se uma peça está fora do lugar, todo o conjunto se desequilibra. Assim quando alguma parte do corpo dói ou está muito tensa, todo o conjunto reage para compensar e algumas peças acabam se contraindo, curvando, entortando...

A RPG reduz o índice de afastamento do trabalho, sendo seu objetivo prevenir as doenças através de uma melhor qualidade de vida e conseqüentemente de uma melhor saúde (MOLINA, 2003).

O método RPG considera sistemas musculares e esqueléticos como um todo e procura tratar de forma individualizada, músculos que são de estruturas diferentes (músculos dinâmicos e estáticos). A musculatura posterior ou estática está sempre contraída para a manutenção da postura e pronta para entrar em ação (SOUCHARD, 2003).

O alongamento de um músculo enrijecido só pode ser feito, portanto, impedindo-se toda e qualquer compensação no seio da cadeia muscular à qual ela pertence, a globalidade nos alongamentos é uma necessidade (SOUCHARD,2003).

A RPG é composta de seis posturas: Posturas em Ângulo Aberto Decúbito Dorsal, Postura em ângulo Aberto Contra a Parede, Postura em Ângulo Aberto em Pé, Postura em Ângulo Fechado Decúbito Dorsal, Postura em Ângulo Fechado Sentado e Postura em Ângulo Fechado em Pé (SOUCHARD, 1996).

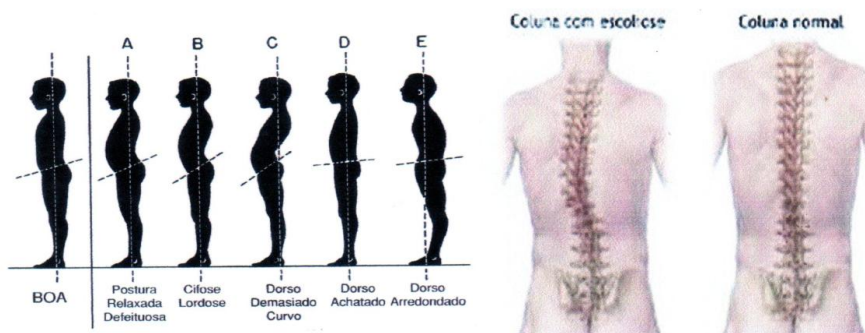


Fonte: portalsaofrancisco.com.br; atualescola.com.br;



Trabalho 3

Como intervenção fisioterapêutica, a RPG trata as patologias que requerem a especialidade. Corrige a morfologia, agindo sobre a estrutura do músculo estriado; age sobre as tensões neuromusculares, introduzindo um trabalho essencialmente mais ativo, mais global e de maior qualidade; age igualmente sobre o transmissor psicossomático; problemas morfológicos (cifose, escoliose, genuaro, genuvalgo, pés planos, pés calvos), problemas articulares (cervicalgias, dorsalgias, lombalgia), problemas pós-traumáticos, problemas respiratórios e problemas do esporte. (SOUCHARD,1998; SOUCHARD, 2003).



Fonte: fisiobnu.goldenbiz.com.br

3. IMPORTÂNCIA NA EMPRESA

A atuação da fisioterapia nas empresas cresce a cada dia devido à descoberta, pelos empresários e equipe de saúde, da importância de investimentos em ações preventivas, e aplicação da cinesioterapia laboral que atua diretamente na redução dos acidentes de trabalho, redução dos afastamentos por motivos de saúde, pois melhora a flexibilidade e a postura do trabalhador diante do seu posto de trabalho, contribuindo dessa maneira para o aumento da produtividade (GIMENES, 2004).

O profissional deve expor aos empresários que o investimento em condições adequadas de trabalho acarretam em maior eficiência laboral com conseqüente repercussão nos lucros da organização. O fisioterapeuta do trabalho, como profissional da saúde torna-se apto para criar, organizar e, ou participar de palestras informativas e preventivas.

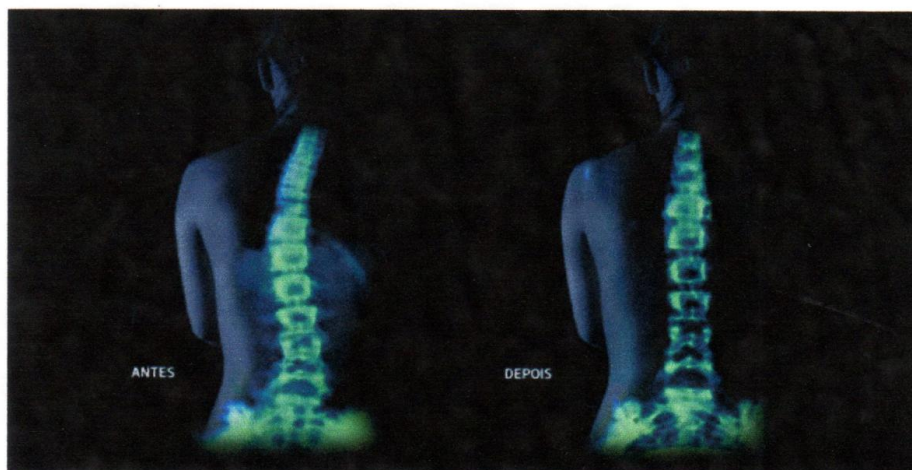
A RPG vem reforçar a idéia de que investir na Saúde e Qualidade de Vida do Trabalhador preventivamente é mais vantajoso do que arcar com sua debilidade ocupacional, ou até sua demissão, visto que, os prejuízos para as organizações, atingem diversas áreas,



Trabalho 3

tanto no que se refere à redução da produtividade quanto ao aumento de custos pelo alto absenteísmo médico, pelo aumento do custo de produção, por altos valores despendidos no tratamento médico do acometido, por afastamentos prolongados, por despesas com processos de reintegração do trabalho e por processos indenizatórios de responsabilidade civil dentre outros (COUTO, 1998).

Qualidade de vida é uma noção eminentemente humana, que tem sido aproximada ao grau de satisfação encontrado na vida social. Pressupõe a capacidade de efetuar uma síntese cultural de todos os elementos que determinada sociedade considera seu padrão de conforto e bem-estar. (MINAYO; HARTZ; BUSS, 2000).



Fonte: proformafisioterapia.com.br



Trabalho 3

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Fisioterapia pode ser definida como uma ciência aplicada à prevenção e tratamento da saúde por meio de recursos físicos. Sua aplicação necessita do entendimento das estruturas e funções do corpo humano.

A RPG nada mais é do que um alongamento de forma excêntrica com ênfase em cadeias musculares, tendo como resultado o alongamento de todo o corpo. Refletindo na efetividade desse tratamento em comparação ao alongamento segmentar empregado habitualmente na fisioterapia.

O fisioterapeuta que trabalha com RPG decodifica cada deformação morfológica e adapta seu tratamento a cada tipo de comportamento muscular retrátil, colocando a prova nosso senso de observação, competência biomecânica e sensibilidade. Na técnica emprega-se o alongamento devendo ser mantido o tempo necessário, para ser eficaz, dependendo da sensibilidade e patologia de cada paciente.

A RPG é uma excelente técnica para melhorar a consciência corporal e, ainda, dar condições para que o indivíduo consiga manter-se numa boa postura, já que muitas vezes, o corpo já se adaptou numa postura incorreta, provocando dores musculares ao se tentar corrigir a postura. Após algumas sessões o paciente já relata conforto na postura correta.

Concluimos que este trabalho comprova que a técnica da RPG contribui para os avanços na fisioterapia como a melhor forma de se tratar pacientes em empresas.



Trabalho 3

BIBLIOGRAFIA

COUTO, H. A. et al. **Como gerenciar a questão das LER/DORT**. Belo Horizonte: Ergo, 1998.

GIMENES, P. P. **Atuação da fisioterapia preventiva na saúde do trabalhador**. *Fisio&terapia* 2004; 08:08-10.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; HARTZ, Zulmira Maria de Araújo; BUSS, Paulo Marchiori . Qualidade de vida e saúde: um debate necessário. **Revista Ciência e Saúde Coletiva**. v. 5, n. 1. Rio de Janeiro, 2000. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232000000100002. Acesso em: 29 out. 2005.

MOLINA, Alessandra I. O tratamento da criança com escoliose por alongamento muscular. **Fisioterapia Brasil**, São Paulo, v. 4, n. 5, p. 369-372, set/out 2003.

SOUCHARD, Phillipe-Emanuel. **RPG: Fundamentos da Reeducação Postural Global – Princípios e Originalidade**. São Paulo: Ícone, 1996.

SOUCHARD, PE. Reeducação postural global: método do campo fechado. São Paulo: Ícone, 1998.

SOUCHARD P E. **Fundamentos da reeducação postural global: princípios e originalidade**. São Paulo: É Realizações; 2003.