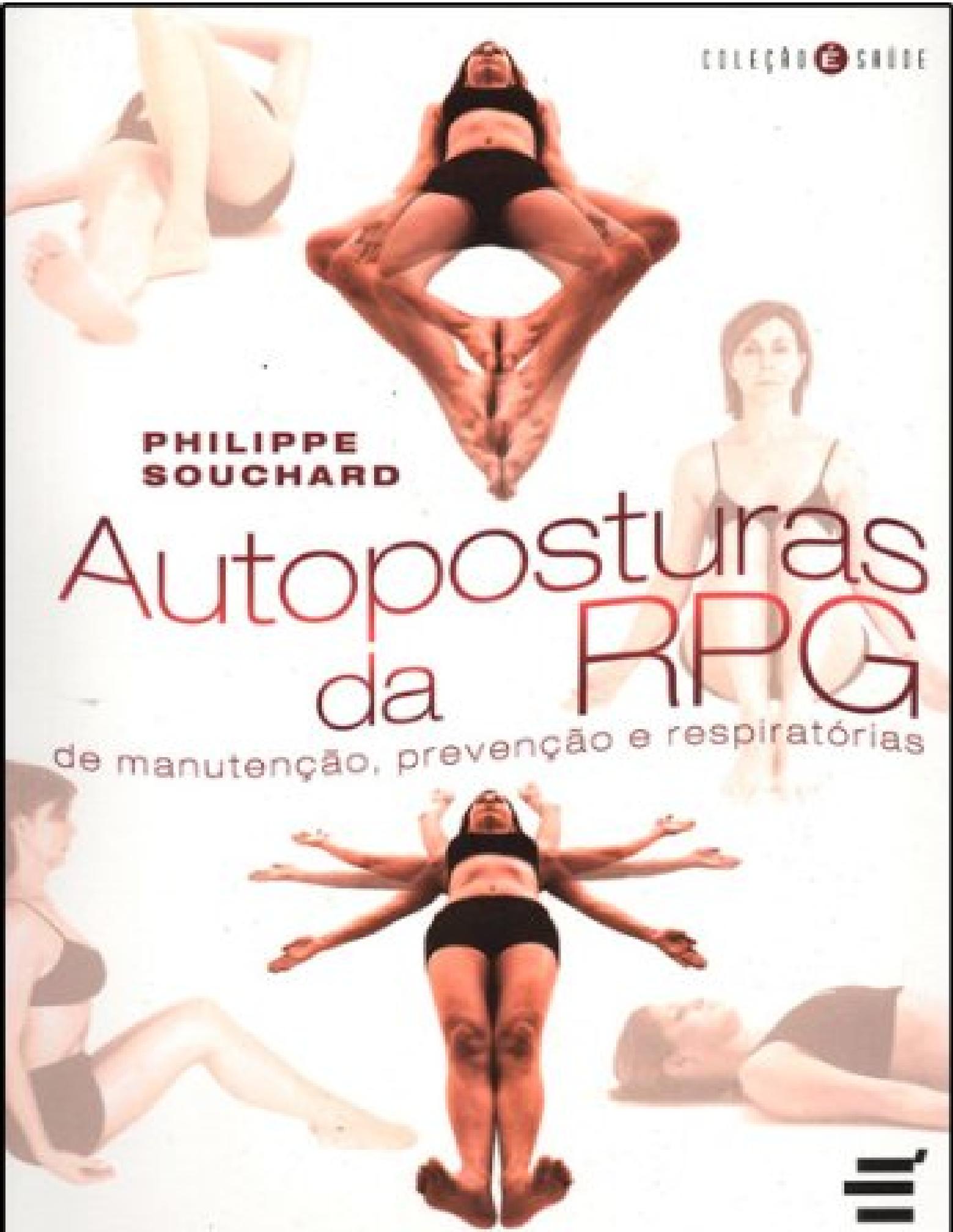


COLEÇÃO **É** SAÚDE

**PHILIPPE
SOUCHARD**

Autoposturas da RPOG

de manutenção, prevenção e respiratórias



III

Resumo de Autoposturas da RPG. De Manutenção, Prevenção e Respiratórias

Os 9000 fisioterapeutas formados em Reeducação Postural Global - RPG por Philippe Souchart pelo mundo podem testemunhar: em grande maioria, seus pacientes apresentam dores, e, principalmente, na coluna vertebral. O estresse da vida moderna, as atividades profissionais repetitivas, os inconvenientes da posição sentada são as causas principais disto.

No mundo do trabalho, a prevenção é, hoje, a grande preocupação de todos os profissionais da saúde e dos chefes de empresas. O método original de Reeducação Postural Global, mais conhecido pela marca internacional RPG, já demonstrou sua capacidade de corrigir as alterações da postura corporal e, seu corolário, as dores músculo-articulares.

Antes mesmo de recorrer a um tratamento, convém, porém, evitar os enrijecimentos musculares, a deformação e os achatamentos articulares, que rondam cada um de nós. Mantenhamos em bom estado nosso aparato muscular.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)