

REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL (HOLOSSOMATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *reeducação postural global* é o método, modo, procedimento ou maneira fisioterapêutica de tratar problemas de postura, dores e desarmonias do corpo humano, utilizando técnicas manuais específicas, exercícios de alongamento e alinhamento biomecânico, objetivando a correção e prevenção de patologias do sistema musculoesquelético.

Tematologia. Tema central neutro.

Etimologia. O prefixo *re* vem do idioma Latim, *re*, “retrocesso; retorno; recuo; repetição; iteração; reforço; intensificação”. O termo *educação* deriva também do idioma Latim, *educatio*, “ação de criar, de nutrir; cultura; cultivo”, de *educare*, “criar (alguma criança); nutrir; amamentar; cuidar; educar; instruir; ensinar”. Apareceu no Século XVII. A palavra *reeducação* surgiu no Século XX. O vocábulo *postura* procede do mesmo idioma Latim, *positura*, “maneira de manter o corpo, ou compor traços fisionômicos; atitude; maneira, elegância no andar e se comportar; modo de pensar; de proceder, posicionamento”. Apareceu no Século XIII. O termo *global* vem igualmente do idioma Latim, *globus*, “bola; esfera; globo; pelotão; multidão”. Surgiu no Século XVI. A palavra *global* apareceu no Século XX.

Sinonimologia: 1. RPG. 2. Método de fisioterapia postural global. 3. Estruturação postural integrada. 4. Ginástica postural global. 5. Método terapêutico postural global. 6. Programa de reeducação postural global. 7. Cinesioterapia global.

Neologia. As 4 expressões compostas *reeducação postural global profilática*, *reeducação postural global emergencial*, *reeducação postural global corretiva* e *reeducação postural global mantenedora* são neologismos técnicos da Holossomatologia.

Antonimologia: 1. Autoposturas de endireitamento. 2. Autotratamento postural. 3. Fisioterapia convencional. 4. Microfisioterapia. 5. Método McKenzie. 6. Pilates.

Estrangeirismologia: o *approach* fisioterapêutico; o *follow-up* após o atendimento fisioterápico; o *workaholism* propiciando desorganização dos segmentos corporais; a desatenção ao *locus minoris resistentiae* quanto ao equilíbrio do soma.

Atributologia: predomínio dos sentidos somáticos, notadamente do autodiscernimento quanto ao emprego correto da Fisiologia Humana.

Megapensanologia. Eis megapensane trivocabular relacionado ao tema: – *Repensemos as desarmonias*.

Coloquiologia. Eis 2 ditos populares relacionados com o tema: *coluna vertebral é perfeita obra de engenharia*; *sinto-me carregando o mundo nos ombros*.

Citaciologia. Não há duas colunas vertebrais perfeitamente idênticas – nós somos “*seres patológicos*” únicos; *todo excesso de atividade, como de resistividade, levará a um envelhecimento precoce*; o corpo é uma rede de músculos interligados e as reações sempre ocorrem em cadeias (Philippe Emmanuel Souchart). O ser humano tem à sua disposição uma máquina de movimento de design extremamente sofisticado (Ivaldo Bertazzo, 1949–).

Proverbiologia: – O pecado original biológico, hoje, divide a humanidade em dois tipos de pessoas: as que têm problemas de coluna e as que vão ter.

II. Fatuística

Pensanologia: o holopensene pessoal da Reeducação Somática; o holopensene pessoal da boa postura corporal; o holopensene da reorganização postural; o holopensene de reprocessamento holossomático; o holopensene do reequilíbrio somático; os autopensenes; a autopensenidade; os somatopensenes; a somatopensenidade; os lucidopensenes; a lucidopensenidade; os cognopensenes; a cognopensenidade; os interaciopensenes; a interaciopensenidade; os patopensenes predispondo distúrbios somáticos; os ortopensenes; a ortopensenidade vencendo e mudando

a *performance* da Fisiologia Humana; as reestruturações pensênicas; a autopenalização interassistencial.

Fatologia: a reeducação postural global; a reorganização do aparelho locomotor e da biomecânica; a proposta terapêutica de reprogramação postural; a reestruturação da arquitetura somática; o reequilíbrio da tonicidade entre os grupos musculares; o desleixo somático; a distorção do esquema corporal; o desajustamento postural; a falta de diligência quanto ao sofisticado funcionamento do organismo humano; o tratamento de problemas morfológicos, alterações neurofisiológicas, limitações funcionais e lesões osteomusculares; o disciplinamento quanto ao trabalho de reeducação das autoposturas viciadas; a resolubilidade quanto à postura ereta; os cuidados profiláticos com o soma; a manifestação somática evidenciando os vícios posturais; a preservação do capital corporal; a flexibilidade pessoal; as readaptações somáticas, psicomotoras, psicológicas decorrente de patologias associadas; o predomínio do subcérebro abdominal sobre a autoconsciencialidade; a instabilidade intraconsciencial gerando limitação funcional motora; as consequências paragenéticas do mau uso do soma; as cicatrizes patológicas; os cacoetes holobiográficos; o macrossoma; a individualidade da pessoa expressa pelo padrão de contrações musculares observadas nos gestos, trejeitos, expressão facial e hábitos corporais viciosos; a megavontade em ação; o exame morfológico e radiológico; a assessoria técnica na avaliação radiológica, funcional e estética; a determinação de pontos-destaque e pontos-chave; a escolha de posturas terapêuticas em função do diagnóstico; as demonstrações práticas das *famílias de posturas* para o paciente; as posturas terapêuticas com a finalidade de ir do sintoma à causa primária da lesão; a autobservação *full time* visando à autocorreção; o ato terapêutico enquanto momento de autorreflexão; a recuperação das integrações estáticas e dinâmicas promovendo a saúde e o bem-estar; a reconquista do equilíbrio entre flexibilidade e potência muscular; a atenção redobrada quanto às mudanças significativas inerentes a cada faixa etária humana; a longevidade; a vida moderna provocando o envelhecimento prematuro do envoltório corporal e alterações morfológicas; o excesso de atividade física e / ou o vício da hipertrofia muscular (bigorexia / vigorexia) levando à condição de degenerescência diminuindo o período natural, pessoal, da vida intrafísica (*lifetime*); o esporte de alto rendimento causando fadigas, contraturas, deformações articulares, dores musculares e / ou patologias somáticas; a falta de autopercepção quanto ao mecanismo de funcionamento somático; a reorganização somática a cada nova vida intrafísica; o aprendizado evolutivo em conviver com o problema sem contribuir diretamente com a autocura; o abertismo para reconhecer as próprias limitações somáticas; o soma enquanto instrumento proexológico insubstituível; a autoconsciência quanto ao uso adequado do corpo físico nas atividades da vida diária (AVDs); a relevância da atividade física em conformidade com a faixa etária e biótipo; o equilíbrio somático; a saúde corporal exigindo autesforços permanentes; o fato de toda retificação corporal ser precedida pelo autoconhecimento respectivo; a utilização de certas posturas de tratamento trazerem respostas lógicas aos problemas, atuando como coadjutor do autodesassédio; a renovação e atualização dos conhecimentos específicos sobre o funcionamento do organismo; a reeducação da dinâmica corporal; o autodomínio somático; a autorreeducação holossomática; a Fisioterapia participando na promoção, tratamento, recuperação da saúde; a autoconsciência da geometria somática.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático propiciando bem-estar e equilíbrio somático; a sinalética energética e parapsíquica pessoal orientando o *modus operandi* do tratamento reeducacional somático; a hipertonidade causando distúrbios e bloqueios bioenergéticos; os exercícios das autoposturas ampliando a paraperceptibilidade; a RPG favorecendo o desenvolvimento da autoparapercepções; a autoconscientização holossomática.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo RPGista-amparador extrafísico técnico de função*; o *sinergismo assistente-assistido*; o *sinergismo (fisiológico das vértebras) cervicais-torácicas-lombares-sacrais-coccígeas*; o *sinergismo biomecânico dos músculos*; o *sinergismo anatômico verte-*

bras-articulações-ligamentos-músculos; o sinergismo (do bom posicionamento) coluna vertebral-quadril Joelhos-pés; o sinergismo fisioterapeuta-conscienciômetra-consciencioterapeuta.

Principiologia: o princípio da individualidade; o princípio da causalidade; o princípio da globalidade; os princípios do equilíbrio e conforto; o princípio da saúde; o princípio da vontade; o princípio do exemplarismo pessoal (PEP); o princípio autossuperador de acrescentar diariamente melhorias nos autodesempenhos; o princípio da autoconvivência.

Codilogia: o código pessoal de Cosmoética (CPC) incluindo os cuidados quanto às atividades cotidianas; o Código de Ética de Fisioterapia e Terapia Ocupacional; o código pessoal vigente (CPV).

Teoriologia: a teoria do campo fechado; a teoria do como e quando fazer; a teoria e a prática da existência humana sadia; a teoria das relações interconscienciais; a teoria da autotranscendência multidimensional (AM).

Tecnologia: a técnica da RPG; as técnicas da Fisioterapia Manipulativa; as técnicas de flexibilidade; a técnica dos hábitos saudáveis e rotinas úteis preservando o soma; as técnicas de reeducação de vícios posturais; a técnica da desassimilação simpática (desassim) das energias gravitantes; as técnicas de profilaxia; a técnica das prioridades evolutivas pessoais.

Laboratoriologia: o laboratório conscienciológico da autorganização; o laboratório conscienciológico da imobilidade física vígil (IFV); o laboratório conscienciológico do estado vibracional; o laboratório conscienciológico da sinalética energética e parapsíquica; o laboratório conscienciológico da Paragenética; o laboratório conscienciológico da Pensenologia; o laboratório conscienciológico da tenepes; o laboratório conscienciológico da retrocognição; o laboratório conscienciológico da Mentalsomatologia; o laboratório conscienciológico da proéxis.

Colegiologia: o Colégio Invisível dos Anatomistas; o Colégio Invisível dos Fisiologistas; o Colégio Invisível da Parafisiologia; o Colégio Invisível da Somatologia; o Colégio Invisível da Consciencioterapia; o Colégio Invisível da Conscienciometria; o Colégio Invisível da Tenepessologia.

Efeitologia: os efeitos deletérios decorrentes da má postura; o peso na coluna lombar enquanto efeito da hiperlordose, formando o círculo vicioso de dor e antiesteticidade; o efeito hipertônico de a retração de 1 músculo levar à retração de 1 conjunto de músculos; o efeito das emoções na postura corporal; o efeito de a postura de alongamento propiciar o estiramento das cadeias musculares encurtadas; o efeito positivo da reeducação de hábitos pensênicos; os efeitos da RPG na conscientização corporal; o efeito da saúde física sobre a mentalsomaticidade.

Neossinapsologia: as neossinapses necessárias aos novos hábitos somáticos sadios; as neossinapses adquiridas pelo programa de reeducação postural global; a implantação dos fundamentos da RPG proporcionando a reestruturação das sinapses e parassinapses.

Ciclogia: o ciclo expansão-retração; o ciclo tensões-dores; o ciclo sintoma-tratamento-reequilíbrio; o ciclo patológico lesão-dor-compensação-retração; o ciclo (técnico) contração-relaxamento-contração; o ciclo consulta-investigação-diagnóstico-prognóstico-tratamento-orientação-reavaliação-alta; o ciclo assim-desassim.

Enumerologia: a postura terapêutica; a postura de alongamento; a postura alinhada; a postura ereta; a postura corporal; a postura mental; a postura consciencial homeostática.

Binomiologia: o binômio encurtamento-alongamento; o binômio contratibilidade-elasticidade; o binômio postura alinhada-postura desalinhada; o binômio causa-consequência; o binômio Fisiologia-Fisiopatologia; o binômio profissional de saúde somática-conscienciômetra.

Interaciologia: a interação forma-ação-função; a interação atividade contrátil agonista-atividade contrátil antagonista; a interação má postura-ação da gravidade provocando sérios problemas no arcabouço somático; a interação evolução consciencial-interassistencialidade.

Crescendologia: o crescendo (dinâmico) trabalho de alongamento-relaxamento.

Trinomiologia: o trinômio esforço-tensão-fadiga; o trinômio frequência-intensidade-duração; o trinômio natural escoliose-cifose-lordose; o trinômio nosográfico cervicalgias-dorsalgias-lombalgias; o trinômio Anatomia-Biomecânica-Cinesiologia; o trinômio vontade-prudência-constância.

Polinomiologia: o *polinômio fadiga-má postura-rigidez-dor*; o *polinômio homeostático flexibilidade-agilidade-força-beleza*; o *polinômio inteligência-senso de observação-competência biomecânica-sensibilidade*; o *polinômio Fisiologia-Parafisiologia-Afisiologia-Conscienciologia*; o *polinômio das especialidades Fisioterapia-Conscienciometria-Consciencioterapia-Proexologia*.

Antagonismologia: o *antagonismo função estática / função dinâmica*; o *antagonismo músculos da estática, mais aptos para resistir ao alongamento / músculos da dinâmica, mais aptos para fazer o movimento*; o *antagonismo contração concêntrica / contração excêntrica*; o *antagonismo contração / relaxação*; o *antagonismo alongamento passivo / alongamento ativo*; o *antagonismo cadeia muscular anterior / cadeia muscular posterior*; o *antagonismo hipotrofia / hipertrofia*; o *antagonismo boa postura / má postura*.

Paradoxologia: o *paradoxo de o músculo rígido ser músculo fraco*; o *paradoxo do músculo iliopsoas*; o *paradoxo de a bidissociação cintura escapular-cintura pélvica proporcionar equilíbrio na deambulação*.

Politicologia: as *políticas públicas para a promoção da saúde da população*, incluindo a *reeducação corporal*; a *conscienciocracia*; a *assistenciocracia*; a *evoluciocracia*.

Legislogia: a *lei do maior esforço evolutivo*; as *leis da Biologia Humana*; as *leis da Morfologia*; as *leis da Fisiologia Humana e da Parafisiologia*; as *leis da Biomecânica*; as *leis da Intrafisiologia*; a *lei da gravidade afetando a postura e deformando a coluna vertebral*; a *lei da interdependência*; a *lei da interassistencialidade consciencial*.

Filiologia: a *assistenciofilia*; a *posturofilia*; a *reeducafiofilia*; a *convíviofilia*; a *intrafisiocofilia*; a *energofilia*; a *conscienciofilia*.

Fobiologia: a *somatofobia*; a *disciplinofobia*; a *dismorfofobia*.

Sindromologia: a *síndrome esforço-tensão-fadiga*; a *síndrome do ombro doloroso*; a *síndrome do túnel carpiano*; a *síndrome do piriforme*; as *síndromes posturais*; as *síndromes algicas*; a *síndrome da dispersão consciencial*.

Maniologia: a *mania da atividade física sem orientação especializada*; a *mania do salto alto feminino*, provocando *disfunções corporais pelo deslocamento do centro da gravidade*.

Mitologia: o *mito de o encaixa quadril atenuar a curvatura lombar levando à posição anatômica mais cômoda*; o *mito de superar desafios sem ausesforços*.

Holotecologia: a *somatoteca*; a *macrossomatoteca*; a *antissomatoteca*; a *anatomoteca*; a *psicopatoteca*; a *geneticoteca*; a *experimentoteca*; a *metodoteca*; a *cognoteca*; a *consciencioteca*; a *consciencioterapeutoteca*.

Interdisciplinologia: a *Holossomatologia*; a *Reeducaciologia*; a *Fisiologia*; a *Fisiopatologia*; a *Cinesiologia*; a *Somatologia*; a *Energossomatologia*; a *Psicossomatologia*; a *Mentalsomatologia*; a *Intrafisiologia*; a *Ergonomia*; a *Recexologia*; a *Evoluciologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin eletrônica*; a *conscin pré-serenona vulgar*; a *isca humana inconsciente*; a *isca humana lúcida*; a *conscin lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*; o *Ser Serenão*.

Masculinologia: o *paciente*; o *evoluciente*; o *fisioterapeuta*; o *rpgista*; o *terapeuta*; o *profissional de saúde*; o *fisiatra*; o *reeducador corporal*; o *reeducando*; o *cinesioterapeuta*; o *ciente*; o *ortopedista*; o *traumatologista*; o *neurologista*; o *cirurgião*; o *pesquisador*; o *tertuliano*; o *verbetógrafo*; o *voluntário*; o *homem de ação*.

Femininologia: a *paciente*; a *evoluciente*; a *fisioterapeuta*; a *rpgista*; a *terapeuta*; a *profissional de saúde*; a *fisiatra*; a *reeducadora corporal*; a *reeducanda*; a *cinesioterapeuta*; a *ciente*; a *ortopedista*; a *traumatologista*; a *neurologista*; a *cirurgiã*; a *pesquisadora*; a *tertuliana*; a *verbetografa*; a *voluntária*; a *mulher de ação*.

Hominologia: o *Homo erectus*; o *Homo sapiens inorganisatus*; o *Homo sapiens illucidus*; o *Homo sapiens somaticus*; o *Homo sapiens biophilicus*; o *Homo sapiens negligens*; o *Homo sapiens intrassomaticus*; o *Homo sapiens reeducator*; o *Homo sapiens recyclans*; o *Homo sapiens serenissimus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: reeducação postural global *profilática* = o método adstrito às medidas preventivas de patologias posturais; reeducação postural global *emergencial* = o método adstrito à minoração do quadro algico; reeducação postural global *corretiva* = o método adstrito ao reajustamento postural; reeducação postural global *mantenedora* = o método adstrito à manutenção da postura corporal alinhada.

Culturologia: a cultura da *Profilaxia*; a cultura da *Reeducação corporal*; a cultura da *Somatologia autoconsciente*; os conflitos culturais a partir do próprio corpo humano.

Propositor. O método da *reeducação postural global* (RPG) foi criado pelo Fisioterapeuta Francês Philippe Emmanuel Souchard (França, 1980). Baseia-se na *teoria do campo fechado*, no qual o ser humano para conseguir permanecer em pé, andar, correr e realizar os movimentos diários depende da harmonia das cadeias musculares.

Desequilíbriologia. Segundo a *Holossomatologia*, os desequilíbrios posturais podem ser classificados em 3 tipos: mecânicos, orgânicos e emocionais.

Avaliação. Atinente à *Fisioterapia*, eis, em ordem alfabética, 3 planos de observação para o exame minucioso ou investigação exaustiva da pessoa, durante a anamnese funcional:

1. **Vista frontal.** A posição da cabeça, alinhamento dos pontos entre os olhos, queixo, altura dos ombros, clavícula, esterno, linha umbilical, linha do quadril (crista ilíaca), área púbica, joelhos, maléolos e pés.
2. **Vista lateral.** Curvatura do pescoço, curvatura da coluna vertebral, joelho.
3. **Vista posterior.** Coluna cervical, torácica e lombar, linha dos ombros, tipo de escápulas, triângulo de Tales, região poplíteia e pés.

Diagnosticologia. Elabora-se o diagnóstico cinesiológico funcional, a partir da identidade da patologia clínica intercorrente, de exames laboratoriais e de imagens, da anamnese funcional e exame da cinesia, da funcionalidade e do *sinergismo das estruturas anatômicas* envolvidas.

Causologia. Sob a ótica da *Fisiopatologia*, os erros posturais ou as más posturas podem levar, por exemplo, a 3 tipos de problemas morfológicos na coluna vertebral, listados em ordem alfabética:

1. **Escoliose.** Acentuada curvatura lateral, podendo ser em “S” ou em “C”.
2. **Hipercifose dorsal** (gibosidade; corcunda). Acentuada curvatura (aumento da convexidade) na região torácica.
3. **Hiperlordose.** Acentuada curvatura (aumento da concavidade) na região lombar.

Fatores. Sob a ótica da *Intrafisicologia*, qualquer pessoa, não importa qual seja a atividade, está exposta a múltiplos fatores desencadeadores de patologias somáticas. Eis, em ordem alfabética, por exemplo, 10 casos extraídos de pesquisa cosmogramológica informando sobre causas de alterações no sistema musculoesquelético, nas quais a RPG pode contribuir no processo da remissão e / ou autocura:

01. **Chicote.** Lesão cervical por efeito chicote em acidente de carro pode causar limitação funcional.

02. **Desadaptação ergonômica.** Móveis e equipamento de trabalho sem as características ergonômicas apropriadas ao somatótipo podem causar desequilíbrios e disfunções somáticas.

03. **Desvios.** Hiperlordose pode causar alteração da biomecânica da coluna vertebral.

04. **Doenças degenerativas / inflamatórias.** Artrite, artrose, osteoartrose, estenose, espondilite, espondilose podem causar sérios problemas de deformidades e dores.

05. **Estresse.** Ritmo acelerado do cotidiano podem causar tensões neuromusculares, encurtamentos musculares e alterações de humor.

06. **Incorreção postural.** Posicionamento incorreto durante atividades, gestação, obesidade podem causar mudanças funcionais, estruturais ou alterações morfológicas.

07. **LER.** Lesão por esforço repetitivo ou DORT (doenças osteomusculares relacionadas ao trabalho) são as principais causas do absenteísmo no trabalho, devido à limitação funcional.

08. **Mochila.** Excesso de peso da mochila nas costas dos jovens, aliado a má respiração, podem causar problemas nos ligamentos, alterações posturais.

09. **Sedentarismo.** Estilo de vida cada vez mais sedentário pode causar desordem e desalinhamentos posturais.

10. **Trabalho pesado.** Profissão braçal pode causar distensões, retrações, contraturas musculares.

Síntese. A boa postura não é só a maneira de diminuir a dor e melhorar os movimentos, mas fazer a pessoa sentir-se melhor, empertigar-se e ver o mundo por outros ângulos.

Reeducaciologia. Eis, em ordem alfabética, por exemplo, 8 recomendações ou orientações quanto à promoção, prevenção e manutenção do equilíbrio do corpo em prol da saúde holossomática:

1. **Equilíbrio corporal.** Manter o peso adequado e a tonicidade muscular com atividades físicas saudáveis e regulares.

2. **Leveza.** Movimentar-se de maneira correta, a fim de evitar dores e sobrecargas desnecessárias ao corpo.

3. **Limite.** Respeitar o limite somático estando atento aos avisos do corpo.

4. **Pausa.** Fazer pausas ao ficar muito tempo em determinada posição (bipedestação, sentado ou deitado).

5. **Porte.** Manter a coluna ereta, a cabeça alta, queixo firme para frente, ombros para trás, peito aberto e a musculatura abdominal contraída para melhorar o equilíbrio.

6. **Posição de dormir.** Deitar em decúbito lateral com os joelhos semiflexionados em aproximadamente 90 graus. A cabeça apoiada em travesseiro com altura aproximada do ombro e o tronco alinhado na mesma linha do quadril.

7. **Posição de sentar.** Usar cadeira com suporte firme para a região lombar, ocupando todo o espaço do assento e usar apoio para os pés, evitando deixar os membros inferiores pendentes.

8. **Técnica.** Levantar objetos com técnicas apropriadas em todos os contextos da AVDs.

Benefícios. No universo da *Somatologia*, eis, em ordem alfabética, 13 exemplos de benefícios resultantes da RPG, amenizando os diversos fatores, internos e externos indutores à desordem motora e desajuste do encadeamento dos movimentos do corpo humano:

01. **Ânimo.** Melhora a capacidade respiratória e funcional do organismo.

02. **Autestima.** Oferece bons resultados às disfunções posturais, sem sofrimento.

03. **Autoconsciência corporal.** Resgata o autocuidado, responsabilização quanto aos próprios problemas.

04. **Autopercepção.** Amplia a autopercepção do esquema corporal.

05. **Bem-estar.** Promove a melhoria da qualidade de vida, bem-estar.

06. **Desempenho.** Melhora o desempenho nas atividades da vida diária.

07. **Esbelteza.** Recupera a plasticidade melhorando a estética corporal.

08. **Fortalecimento muscular.** Melhora do alongamento e fortalecimento muscular.

09. **Harmonia corporal.** Recupera a funcionalidade dos movimentos tornando-os mais integrados, harmoniosos, perceptíveis e conscientes.

10. **Normalização física.** Ajuda na resolução e recuperação de deformidades estruturais.

11. **Redução de dor.** Propicia alívio, redução ou eliminação de dores agudas.

12. **Relaxamento.** Promove relaxamento interrompendo o ciclo tensões e dores.

13. **Saúde postural.** Corrige posturas inadequadas mantidas evitando as dores.

Caracterologia. Sob a ótica da *Profissionologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética 9 aspectos ou características da RPG:

1. **Conduta.** O alongamento muscular como conduta terapêutica.

2. **Cosmovisão.** O tratamento do indivíduo de modo integral, procurando estabelecer conexão entre o sintoma e a causa do problema.

3. **Follow up.** A orientação da prática de algumas autoposturas, ao término do tratamento.

4. **Know-how.** O trabalho exigindo atenção à minúcia, precisão, tempo, paciência e dedicação do terapeuta.

5. **Paciente.** O tratamento realizado com a participação ativa do paciente.

6. **Práxis.** A atuação mediante a devolução dos espaços articulares, através de posturas de alongamento progressivo, recolocando na posição mais anatômica possível.

7. **Proficiência.** A postura do terapeuta devendo suscitar confiança e competência.

8. **Reeducação.** A coordenação, orientação e supervisão das autoposturas pelo fisioterapeuta.

9. **Tratamento.** O estabelecimento do programa terapêutico fazendo as adequações necessárias.

Terapeuticologia. No universo da *Reeducaciologia*, eis, em ordem alfabética, por exemplos, 7 condições referentes à terapêutica:

1. **Ação.** Exercitar os músculos da dinâmica em contrações concêntricas com finalidade de reforçá-los e os músculos da estática em alongamento para estirá-los.

2. **Adequação.** Corrigir os erros posturais prestando atenção (autopercepção) quanto à Fisiologia natural do corpo humano.

3. **Aptidão.** Desenvolver habilidades específicas para tornar-se *terapeuta de si mesmo*.

4. **Autoconsciência.** Estar cômico quanto à funcionalidade somática procurando priorizar posturas corretas, adequadas ao contexto onde se encontra naquele momento evolutivo.

5. **Autocorreção.** Erguer o peito e a cabeça, os ombros voltam à posição apropriada sem estressar os músculos do pescoço, nuca e das costas.

6. **Comprometimento.** Pensar seriamente sobre as próprias questões posturais e comprometer-se com o tratamento.

7. **Continuismo.** Continuar praticando autoposturas corretas.

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a reeducação postural global, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Adaptacifilia:** Adaptaciologia; Homeostático.

02. **Antissomática:** Somatologia; Nosográfico.

03. **Autoconscientização somática:** Autopercepciologia; Neutro.

04. **Autoidentificação somática:** Autossomatologia; Homeostático.

05. **Coluna vertebral:** Somatologia; Neutro.

06. **Falência parcial dos órgãos:** Somatologia; Neutro.

07. **Incompatibilidade intersomática:** Somatologia; Neutro.
08. **Inteligência longa:** Somatologia; Neutro.
09. **Leviandade somática:** Antiproexologia; Nosográfico.
10. **Lição recicladora:** Seriexologia; Neutro.
11. **Macrossomatologia:** Somatologia; Homeostático.
12. **Percepção de auteficácia consciencioterápica:** Autoconsciencioterapia; Neutro.
13. **Saúde física:** Autoconscienciometrologia; Homeostático.
14. **Soma:** Somatologia; Neutro.
15. **Vida humana:** Intrafisiologia; Neutro.

A REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL (RPG) FAVORECE A COMPREENSÃO DOS MECANISMOS FISIOPATOLÓGICOS, PROPICIANDO À CONSCIN LÚCIDA O DESENVOLVIMENTO DA AUTOCONSCIENTIZAÇÃO HOLOSSOMÁTICA EFICAZ.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, conhece e / ou emprega a *técnica da reeducação postural global*? Mantém a integridade autoconsciente do soma em prol da consecução da proéxis pessoal e grupal?

Bibliografia Específica:

01. **A Gazeta do Iguaçu**, Redação; *Kirihara diz que Distensão Muscular está cada Vez mais Frequente nas Atividades Físicas*; Reportagem; Tabloide; Diário; Ano 23; N. 6.976; Seção: *Esporte*; 1 foto; Foz do Iguaçu, PR; 05.10.11; página 19.
02. **Bandeira**, Cláudio; *80 Milhões sofrem de Dores na Coluna*; Reportagem; *A Tarde*; Jornal; Diário; Ano 87; N. 29.670; Seção: *Local*; 1 foto; São Paulo, SP; 02.07.2000; página 4.
03. **Castro**, Inês de; *Desentorta, Menino*; Artigo; *Época*; Revista; Semanário; N. 361; Seção: *Saúde*; 3 enus.; 1 foto; 6 ilus.; São Paulo, SP; 18.04.05; páginas 78 e 79.
04. **Costa**, Marisa; *Tratando Dores nas Costas e Problemas de Coluna*; 32 p.; 6 caps.; 17 enus.; 16 fotos; 13 ilus.; 21 x 14 cm; br.; *Alaúde*; São Paulo, SP; 2006; páginas 3, 6, 10, 11, 13, 15, 25 e 30.
05. **Leve & Leia**; Redação; *O Corpo diz Mais do que você pensa*; Reportagem; Tabloide; Mensário; Ano 3; Seção: *Comportamento*; 1 ilus.; São Paulo, SP; Maio, 2010; página 10.
06. **Lila**, Luana; *Males da Saúde podem Ter Relação com Descuido do Pé*; Reportagem; *Diário de S. Paulo*; Jornal; Diário; Ano 127; N. 42.399; Seção: *Saúde*; Caderno: *Domingo*; 3 fotos; 2 ilus.; São Paulo, SP; 27.03.11; página 35.
07. **Marinho**, Antônio; & **Vaitsman**, Heliete; *Que Idade tem o seu Corpo*; Reportagem; *O Globo*; Jornal; Diário; Caderno: *Jornal da Família*; 1 foto; Rio de Janeiro, RJ; 13.11.94; página 4.
08. **Martins**, Fernando; *Postura Errada no Uso do Computador*; Reportagem; *Gazeta do Povo*; Jornal; Diário; Ano 82; N. 25.720; Seção: *Curitiba*; 2 ilus.; Curitiba, PR; 21.03.2000; página 5.
09. **Miranda**, João Bastista; & **Neto**, João Francisco Marques; *A Coluna*; 64 p.; 5 caps.; 7 ilus.; 21 x 14 cm; br.; *Contexto*; São Paulo, SP; 1998; páginas 7 a 9 e 29.
10. **Motluk**, Alison; *O que nos faz Engordar?*; Reportagem; *Época*; Revista; Semanário; N. 445; Seção: *Dieta*; 1 enu.; 4 fotos; 5 ilus.; São Paulo, SP; 27.11.06; páginas 88 a 90.
11. **Neiva**, Paula; *Ossos que entortam*; Reportagem; *Veja*; Revista; Semanário; Ed. 1789; Ano 35; N. 6; Seção: *Saúde*; 2 fotos; São Paulo, SP; 12.02.03; página 81.
12. **Souchar**, Philippe Emmanuel; *Esculpindo seu Corpo (Sculpte Ton Corps: Autopostures de Redressement)*; trad. Rita Menezes; 74 p.; 6 caps.; 187 fotos; 7 ilus.; 4 técnicas; 22,5 x 16 cm; br.; 1ª reimp.; *Manole*; São Paulo, SP; 1997; páginas 7 a 10.
13. **Idem**; *RPG – Fundamentos da Reeducação Postural Global: Princípios e Originalidade*; 72 p.; 15 caps.; 22 cronologias; 22 enus.; 8 esquemas; 2 fórmulas; 97 fotos; 42 ilus.; 8 tabs.; 8 técnicas; 22 refs.; 16 x 14 cm; br.; 4ª imp.; *Realizações*; São Paulo, SP; 2011; páginas 7, 9, 11, 12, 14, 16, 21, 24, 28 a 30 e 40 a 43.
14. **Valiente**, Daniela; *Endireite hoje sua Coluna*; Reportagem; *A Gazeta do Iguaçu*; Tabloide; Diário; Ano 19; N. 5.625; Seção: *Saúde*; 1 foto; 12.04.07; Foz do Iguaçu, PR; página 19.
15. **Verderi**, Érica; *Programa de Educação Postural*; apes. Antônio Carlos Rodrigues Garcia; pref. Sérgio Guida; 144 p.; 6 caps.; 55 fotos; 50 ilus.; 27,5 x 21 cm; br.; *Phorte*; São Paulo, SP; 2001; páginas 3, 5, 23, 38, 41 e 83.

16. **Vieira**, Waldo; *Conscienciograma: Técnica de Avaliação da Consciência Integral*; revisor Alexander Steiner; 344 p.; 150 abrevs.; 106 assuntos das folhas de avaliação; 3 *E-mails*; 11 enus.; 100 folhas de avaliação; 1 foto; 1 microbiografia; 100 qualidades da consciência; 2.000 questionamentos; 100 títulos das folhas de avaliação; 1 *website*; glos. 282 termos; 7 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia*; Rio de Janeiro, RJ; 1996; páginas 52 a 54, 62 e 70.

A. G.