

Alongamento de cadeia muscular garante bem-estar

Paciente participa ativamente do tratamento no qual a respiração é fundamental

Alguns princípios da Reeducação Postural Global aparecem também no Rolfing, um método americano adotado por alguns fisioterapeutas. As duas técnicas procuram restabelecer a harmonia do corpo por meio do alongamento das cadeias musculares.

Mas as diferenças entre a RPG e a terapia criada pela bioquímica Ida Rolfing na década de 50 são claras. A pessoa que procura a RPG participa ativamente do tratamento. Faz as seqüências de respiração e executa os movimentos exatamente como o terapeuta indica. Por isso, a técnica não pode ser aplicada a vítimas de paralisia e crianças com menos de 5 anos.

O Rolfing, porém, atende qualquer pessoa. O paciente é massageadado durante as sessões e não precisa se mover. Por meio de manipulação profunda das fáscias (faixa de tecido fibroso que reveste os músculos), o terapeuta alinha o corpo do paciente e corrige vícios adquiridos ao longo dos anos.

Os rolfistas acreditam que a postura correta melhora o funcionamento dos órgãos internos. Os especialistas procuram reposicionar o corpo por meio de uma linha imaginária — chamada de rolf — que deve passar pela orelha, pelos ombro, pelo quadril, pelo joelho e pelo tornozelo. De acordo com os terapeutas, se os pés não se apóiam bem no chão, o movimento da cintura fica prejudicado e a cabeça pende para um dos lados. Nesse ponto, a técnica americana também se aproxima dos ensinamentos divulgados pelos franceses da RPG.