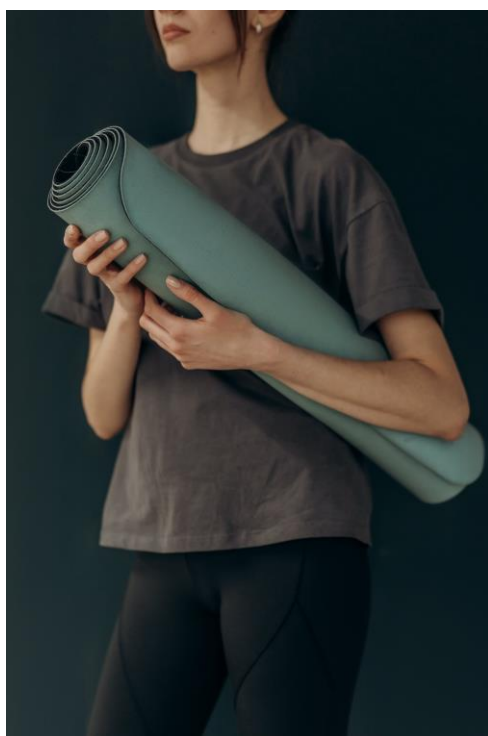




RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE

RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE

La Riprogrammazione Posturale Globale è un metodo che, dopo una attenta valutazione della postura, interviene con opportuni sistemi ed esercizi per la correzione, il riequilibrio e la riprogrammazione di una postura corretta che permetta una migliore funzionalità psicofisica.

La Riprogrammazione Posturale Globale del dott. Bernard Bricot (medico ortopedico, osteopata ed agopuntore) è un metodo che, dopo una attenta valutazione della postura, interviene con opportuni sistemi ed esercizi per la correzione, il riequilibrio e la riprogrammazione di una postura corretta che permetta una migliore funzionalità psicofisica.

Alcune tecniche manipolative e degli esercizi mirati, agevolano e consolidano i risultati della Riprogrammazione Posturale.

Lo scopo di questa metodica è ottenere un miglioramento decisivo e duraturo della condizione, si tratta di un percorso rieducativo che si svolge nel tempo, poiché il Sistema Tónico Posturale è un sistema complesso.

Si tratta di un sistema che lavora continuamente senza che ne siamo coscienti, è coinvolto in ogni gesto o azione che si compie con la funzione di consentire il minor dispendio di energia e il maggior confort possibili.

Ha la capacità di auto-adattarsi nel suo squilibrio ma, una volta esaurita la capacità di compensare le modifiche causate da eventi esterni o interni, non può più correggersi da solo, ed è allora che sopraggiungono i dolori. L'origine del problema può quindi essere un trauma (fisico o psicologico) avvenuto molti anni prima, poiché normalmente il sistema tonico posturale ha una grande capacità di adattamento. Tranne nel caso di danno grave e serio, occorrono anni prima che si manifestino i problemi: di norma vi è un progressivo aggravarsi dei sintomi che vengono affrontati con antidolorifici o antinfiammatori, e la situazione può diventare invalidante al punto da dover ricorrere a interventi invasivi, e purtroppo non sempre risolutivi, come protesi e chirurgia.

La Riprogrammazione Posturale può intervenire in qualsiasi momento, ed ha il compito di riportare i recettori e il sistema ad una condizione di equilibrio e omeostasi, così da potersi regolare nuovamente in maniera autonoma.

Oltre a questo, sono diventati sempre più numerosi gli studi che confermano la valenza emotiva della postura, e come la postura racconti 'la storia' della persona, di ciascuno di noi.

Pertanto si tratta di un lavoro molto profondo, che coinvolge interamente persona.

Fisicamente si lavora sull'appoggio plantare, sui movimenti oculari, sulle cicatrici, sulla bocca e su tutto ciò che emerge dalla valutazione e dalla situazione complessiva della persona.

F.A.Q.

1. CHI PUÒ BENEFICIARE DELLA RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE?

Tutti possono beneficiarne, a partire dall'età di 7/8 anni fino all'adulto e all'anziano. Ci sono sempre risorse ed energie da riattivare per migliorare la situazione.

Anche la donna in gravidanza può trarre beneficio dai trattamenti, soprattutto se ha iniziato il percorso prima di concepire.

Questo perché la riprogrammazione posturale è uno dei migliori programmi di prevenzione che ci siano. Il suo obiettivo principale è creare la migliore condizione possibile affinché la persona possa rispondere positivamente alle situazioni avverse e soprattutto evitare di incorrere nei traumi tanto diffusi, dovuti a instabilità o disfunzioni di coordinamento.

Disfunzioni: restrizioni e disfunzioni articolari, dolori o lesioni muscolari, colpo di frusta, lesioni da sforzo ripetitivo.

Dolore cronico e condizioni correlate: dolore cronico al collo e alla schiena, spalla congelata, emicrania, cefalee, dolore in corso non alleviato o affrontato dai trattamenti convenzionali.

Squilibri strutturali: fastidi articolari, scoliosi e cifosi (curvature della colonna vertebrale), squilibrio posturale.

Sintomi legati allo stress: dolori generali, dolore o affaticamento, disturbi del sonno, condizioni fisiche associate a squilibri emotivi come depressione e disturbi dell'umore, traumi.

2. COME FUNZIONA LA RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE? È UNA PRATICA SICURA?

Viene effettuato un ampio colloquio di raccolta dati, e poi una attenta osservazione e valutazione della persona. Si svolgono anche numerosi test, al fine di disegnare un quadro ampio e completo della funzionalità dei riflessi e dei recettori. Le palpazioni e le manipolazioni sono sempre dolci e rispettose della persona. Con l'ausilio di sottili solette e di specifici esercizi, già nel corso della prima seduta si arriva a stabilire un nuovo assetto posturale, che poi andrà mantenuto nel tempo, nel corso di incontri programmati.

La riprogrammazione posturale, eseguita da un operatore esperto, è una pratica sicura, e non ha controindicazioni se non quelle di buon senso:

- malattie acute e contagiose
- ustioni
- psicosi se il paziente non è in grado di collaborare
- alcune forme di patologia in gravidanza o del mestruo
- perforazione gastrica o intestinale (ed in generale tutte le forme di addome acuto)
- trattamento di pazienti anziani molto defedati

- fratture, lussazioni vertebrali o nei casi in cui la persona sia costretta a letto o non in grado di muoversi.

3. QUANTO DURA UNA SEDUTA DI RIPROGRAMMAZIONE POSTURALE E QUANTE SEDUTE DOVRO' FARE?

La prima seduta, dove si stabiliscono le correzioni ed il percorso terapeutico, dura circa 1ora e mezza.

Il percorso dura un anno con sedute periodiche a frequenza variabile, a seconda della situazione riscontrata, in generale ogni uno o due mesi. Le sedute successive possono durare dai 30 ai 45 minuti.

Questo periodo è fondamentale per istituire nuove abitudini e consolidare il riequilibrio dei recettori e neuro-muscolare.

Poiché ogni paziente risponde in modo individuale, ed è fondamentale l'impegno nel seguire le indicazioni fornitegli, non è possibile quindi stabilire a priori il numero e la frequenza delle sedute.

4. QUALI SONO GLI OSTACOLI AL TRATTAMENTO IN POSTUROLOGIA?

Ci sono fattori che turbano la normale risposta al trattamento e che quindi devono ASSOLUTAMENTE essere trattati e risolti prioritariamente:

1. microgalvanismi: microcorrenti (fino a 2200millivolts!) che si formano solitamente tra collane e componenti metalliche presenti nella bocca (amalgama, impianti ...) e provocano tutta una serie di problematiche legate alla componente elettrica (contratture, disturbi della qualità del sonno, vertigini, disturbi visivi ...) ma anche, nel caso dell'amalgama, alla mobilitazione di mercurio e cadmio, per esempio, che in caso contrario difficilmente darebbero problemi
2. "gamba corta", dovuta a difetti di crescita, traumi, ecc.
3. blocco della prima costa
4. blocchi fuori sistema (pube, perone, pube)
5. cicatrice patologica: avviene una restrizione di tessuti che causano tensioni anomale (Riflesso Miotatico).
6. morso crociato
7. disfunzioni visive o ausili inadeguati
8. Riflesso di paura paralizzante (RPP)

Alcuni di essi vengono affrontati durante le sedute (gamba corta, blocchi, cicatrici patologiche, riflessi), altri invece necessitano dell'intervento di altri professionisti (dentista, ortottico, oculista, ecc.).