

RESUMO EXPANDIDO - ÁREA DA SAÚDE E BIOLÓGICAS

**REEDUCAÇÃO POSTURAL GLOBAL (RPG): UM OLHAR INTEGRADO NO  
TRATAMENTO DAS PATOLOGIAS DA COLUNA VERTEBRAL**

*Valéria Gomes Da Silva (valeriiaa.gomes@gmail.com)*

*Antônia Gabriela Pinheiro Vieira (gabrielapinheiro106@gmail.com)*

*Barbara Roberta (barbararoberta0607@gmail.com)*

*José Erisberto De Lima Júnior (Erisberto1990@gmail.com)*

*Levy Marlon Nogueira Souza (levymarlon1389@gmail.com)*

*Daniel Nogueira Barreto De Melo (daniel.melo@professor.uniateneu.edu.br)*

Introdução: Reeducação Postural Global (RPG) é um método terapêutico que foi desenvolvido por Philippe Souchart, na França, na década de 1980, com o objetivo de tratar disfunções posturais e musculoesqueléticas de forma individualizada e global. Fundamentada nos princípios da correção das cadeias musculares e na busca do equilíbrio corporal, a RPG propõe uma abordagem integrativa do corpo humano, compreendendo-o como um sistema interligado, em que a alteração de uma estrutura pode influenciar o funcionamento de todo o conjunto. No contexto das patologias da coluna vertebral — como lombalgia, cervicalgia, hérnias de disco, escoliose e hipercifose, o método tem se destacado como uma ferramenta eficaz na redução da dor, na melhora da postura e na restauração da funcionalidade. Ao contrário das técnicas tradicionais, que costumam tratar o sintoma de forma localizada, a RPG atua nas causas posturais e biomecânicas do problema, promovendo o

alongamento dos grupos musculares retraídas e o fortalecimento das estruturas enfraquecidas. Esse processo é realizado por meio de posturas terapêuticas específicas, mantidas de forma ativa pelo paciente, com orientação contínua do fisioterapeuta. O método respeita os limites individuais e a singularidade de cada corpo, favorecendo um processo de reeducação consciente, que envolve tanto o aspecto físico quanto o perceptivo e respiratório. Nos últimos anos, estudos e revisões têm demonstrado que a RPG apresenta resultados positivos no tratamento das disfunções da coluna, contribuindo para a diminuição da dor, melhora da mobilidade, correção do alinhamento postural e aumento da qualidade de vida.

**Objetivo:** Estudo tem como objetivo analisar os efeitos da terapia RPG no tratamento das patologias da coluna vertebral.

**Metodologia:** Este estudo foi realizado por meio de uma revisão narrativa da literatura, com o objetivo de analisar os efeitos da terapia de RPG sobre as patologias da coluna vertebral. As pesquisas foram feitas entre outubro e novembro de 2025 nas plataformas SciELO e Pubmed, utilizando os descritores: reeducação postural global, postura, coluna vertebral e tratamento. Foram incluídos artigos em português, publicados entre 2015 e 2025, que abordam a eficácia da reeducação postural global no tratamento das patologias da coluna vertebral. Foram excluídos estudos sobre a reeducação postural global ou que não tratavam diretamente da coluna vertebral. Após a seleção, os trabalhos foram analisados e comparados quanto aos métodos utilizados, resultados obtidos e impactos na recuperação funcional dos pacientes.

**Resultados:** Os achados referente aos artigos relacionado as palavras-chaves indicaram que a Reeducação Postural Global (RPG) apresenta efeitos positivos em desfechos clínicos relevantes para pacientes com dor espinhal (coluna cervical e lombar), sobretudo na redução da dor e na melhora da funcionalidade. Apontam tendência favorável ao método, embora a qualidade metodológica dos estudos varie. Relatam redução significativa da intensidade da dor em pacientes submetidos a programas de RPG quando comparados ao não-tratamento ou a algumas intervenções ativas. Mostram que, em média, os

grupos tratados com RPG apresentam diminuição da dor e melhora dos escores de incapacidade.

Além da dor, estudos verificaram melhora da funcionalidade, após intervenções com RPG. As análises mostraram ganho funcional consistente em vários ensaios, sugerindo que os efeitos não são apenas analgésicos imediatos, mas também se traduzem em menor incapacidade funcional.

Demonstram melhora da flexibilidade muscular, amplitude de movimento e indicadores posturais (por exemplo, ângulo craniocervical, expansão torácica) após sessões de RPG. Estudos mostram ganho de flexibilidade e redução da dor já na sessão única, enquanto protocolos de várias semanas evidenciam mudanças posturais e de mobilidade mais duradouras.

**Conclusão:** Concluímos que a Reeducação Postural Global (RPG) representa uma abordagem terapêutica eficaz e segura no tratamento das patologias da coluna vertebral, especialmente em casos de alterações posturais. O método, ao atuar de forma global e individualizada, promove o equilíbrio muscular, o alongamento das cadeias musculares encurtadas e a melhora da consciência corporal, fatores fundamentais para a correção postural e a redução da dor.

## REFERÊNCIAS

Effect of global postural re-education and isostretching in patients with nonspecific chronic low back pain: a randomized clinical trial. *Fisioter. mov.* 29 (3) • Jul-Sep 2016. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/wvR53h3Sms6NbrBzhtJJHXH/?lang=en>

Global posture reeducation compared with segmental muscle stretching exercises in the treatment of fibromyalgia: a randomized controlled trial. *Randomized Controlled Trial Trials.* 2023 Jun 7;24(1):384. Doi: 10.1186/s13063-023-07422-w. Disponível: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37280637/>

Effectiveness of Global Postural Reeducation in Postural Changes and Postural Stability in Young Adults. *Int J Environ Res Public Health.* 2025 Jan

13;22(1):101. Doi: 10.3390/ijerph22010101. Disponivel em:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39857554/>

Global Postural Reeducation in patients with chronic nonspecific neck pain: cross-over analysis of a randomized controlled trial. *Randomized Controlled Trial Med Lav.* 2018 Feb 1;109(1):16-30. Doi: 10.23749/mdl.v109i1.6677. Disponivel em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29405174/>

Effect of adding global postural reeducation to kendall exercises for treating asymptomatic forward head posture: A single-blinded randomized controlled trial. *Randomized Controlled Trial J Bodyw Mov Ther*

. 2025 Jun;42:938-947. Doi: 10.1016/j.jbmt.2025.01.039. Epub 2025 Feb 6. Disponivel em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40325777/>

Palavras-chave: rpg; postura; coluna vertebral e tratamento.