

## Reeducação Postural Ativa

### Fundamentação:

A Reeducação Postural Global, RPG, é um método revolucionário da Fisioterapia que trata as desarmonias do corpo com resultados surpreendentes. Está indicado não somente para quem sente dores, mas também para quem pretende corrigir a postura do seu corpo.

A grande maioria das lesões neuro-músculo-esqueléticas é devida a alterações na postura. A correria e o stress do dia-a-dia favorecem o aparecimento de dores. Para o organismo se defender, adota posturas inadequadas na tentativa de aliviar essas dores. Contudo, como são posturas erradas, os músculos, articulações, fásccias e ligamentos começam-se a ressentir e surgem aí mais complicações.

### Programa

### Objetivos:

Esta formação pretende

- alertar e enriquecer os conhecimentos, sobre as técnicas de reeducação postural ativa e a sua aplicabilidade em meio hospitalar;
- perceber quais os benefícios da aplicação da Reeducação postural ativam em diferentes patologias mais recorrentes no quotidiano e na prática clínica do fisioterapeuta;
- conseguir fazer uma análise física das necessidades mais emergentes seus utentes, de forma a conseguirem incluir no desenho do plano de intervenção uma visão de tratamento, reeducação do utente e de prevenção sobre a lesões e/ou patologia, com ganho de confiança e aptidão física, assim como responsabilização do utente no seu processo de cura ou de alívio de sintomas;
- aquisição de um conjunto de competências que funcionam sobretudo como um importante complemento à atividade profissional e pessoal, permitindo uma participação em diversas áreas

**Regime de certificação:** somente serão certificados os Formandos frequentem valores iguais ou superiores a 95% da carga horária total da ação de formação.

**Local:** Centro de Formação do CHUP- Fisiatria

**Carga Horária:** 15 horas

**Destinatários:** Fisioterapeutas do CHUP

**Equipa pedagógica:** 1 formador externo

**Organização:** Centro de Formação/DEFI