

# Pilates e Reeducação Postural: Para onde vai a Fisioterapia? – Por Luis Coelho (Fisioterapeuta)

written by Luis Coelho | 29 de Setembro, 2023

**OCIDADAO**  
Jornalismo Livre



***Luis Coelho***

**Que a Fisioterapia moderna se confunda com a sua Postura clínica e societária é olvidar o que a faz mover-se para além dos métodos e paradigmas, aquém da ambição sociolátrica. É**

sempre a ciência que deve defini-la, mas jamais anquilosá-la. **Reduzir a Fisioterapia à mera expressão grupal é seduzi-la a carecer do aspecto identitário da medicina física e clínica.** É o que acontece quando o terapeuta se confunde com o reeducador postural ou professor de Pilates.

E, no entanto, é entre aqueles dois métodos que podemos ambicionar o viés simultaneamente clínico e idiossincrático. Mas o excesso de qualquer um deles **trai o equilíbrio postural** e, quiçá, redesenha o jogo de disputas posturais e societárias, fazendo multiplicar as possibilidades clínicas. Mas, quando o tempo é crasso e o Objecto se desenha no concreto, convém reduzir cientificamente as potencialidades posturais à **linha raquidiana do equilíbrio clínico.**

**Daí que não possamos negligenciar o poder das tarefas manuais, localizacionais, e do movimento que denuncia a relação evolutiva da Reeducação Postural para o Pilates.** Não há, no entanto, equilíbrio possível se cada um daqueles pólos paradigmáticos **se excede**, levando necessariamente à **contratura, à anquilose.**

É neste palco clínico que a Reeducação Postural deve libertar o corpo para o movimento subsequente, finalizando-se na força da “contrologia” do Pilates. Antepor a necessidade dogmática de **(re)desenhar o corpo** é convidar cada um dos pólos a uma jornada independente. Mas que podem a Reeducação Postural e o Pilates sem o movimento e a terapia manual? São os últimos que se devem aproveitar dos primeiros num intento pessoalizador.

O modelo “postural”, mormente em **“flexão”**, somente prepara o trabalho em **“extensão”**, sem o qual condições como **“hérnia discal” arriscariam a agravar-se.** De igual modo, não pode a função limitar-se ao treino postural e à actividade grupal, mesmo a postura é **idiossincrática, e a função exige a acuidade terapêutica** para além das obrigações de um economato, de uma massificação, de uma alienação.

Se, de acordo com **Souchard**, atemos enquanto “objecto” o **alongamento da musculatura postural e o reforço da musculatura “fásica”**, então não podemos esperar que esta sinergia se consiga sem a actividade individuacionante, regida pelo raciocínio clínico.

Acontece, até, que o sobejo de alongamento posterior **produz mais contracção**, tornando o trabalho anterior mais forçoso, o que leva a mais contracção posterior. Acontece, também, que um **Pilates colectivizado, não antecipado, por exemplo, pelo alongamento da Cadeia muscular posterior, convida, igualmente, a mais tensão, reproduzindo a necessidade de (re)harmonização**. De qualquer modo, o Pilates não deixa de ser **sobrevalorizado**, não existe, aliás, verdadeira “reeducação postural” sem o treino funcional, neurodinâmico, o equilíbrio é haver menos força a operar no movimento, e os métodos periféricos são, tão-somente, mecanismos aferentes que visam dispor à relação harmoniosa, racional, entre as forças. Importa à Razão que o próprio ráquis se eleve, estabilizando o relacionamento metodológico que só o dogma poderá fazer trair.

Destarte, a gravidade da ambiência clínica, onde o jogo de forças é muitas vezes tumultuoso, dogmático, enformado no poder, que é também a atitude do terapeuta face ao paciente, **que nem sempre se formula na requerida tolerância**.