

Morceaux choisis dans « POSTUROLOGIE Régulation et dérèglements de la station debout »
3^{ème} édition, P.M. Gagey, B. Weber, Paris, Masson, 2004.

Professeur Da Cunha

Préface de « POSTUROLOGIE Régulation et dérèglements de la station debout » 3^{ème} édition, P.M. Gagey, B. Weber, Masson 2004.

La Posture, en réalité, ne peut plus être considéré, comme un simple alignement statique des différents segments du corps.

La Posture correcte, fondamentale pour le bien- être de l'Homme, consiste en un processus extrê-mement complexe qui, pour atteindre l'Équilibre, exige de chacun une conscience intégrale de son corps, de ses limites et de sa localisation correcte dans l'espace ; en somme une profonde maturation somato-psychique et spirituelle.

La Posture comprend, en effet, une association intégrée de phénomènes biomécaniques, neurophy-siologiques et neuropsychiques qui s'influencent et se compensent à chaque instant, toujours conditionnés par de simples mouvements oculaires, par la position et la mobilisation de la tête et des membres supérieurs, par le type d'appui plantaire, par la marche et même par le repos assis ou couché.

La posture intervient sans doute dans la régulation de la circulation, de la pression artérielle et du rythme cardiaque, comme j'ai pu le montrer avec d'autres chercheurs cliniciens. Elle est aussi en relation avec le type et la profondeur des mouvements respiratoires, comme cela a été enseigné et défendu par l'École de Ling et, en particulier, par l'École portugaise d'Éducation physique.

Mais la posture peut encore être affectée par de nombreux autres facteurs d'ordre interne et externe. Parmi les premiers, on doit relever l'importance de l'information proprioceptive dont la stimulation est fondamentale pour la maturation du schéma corporel, la régulation de l'équilibre tonique oculaire et postural, l'exécution des mouvements les plus simples. Dans les facteurs d'ordre interne on doit faire ressortir l'extraordinaire importance de l'information visuelle toujours en relation directe avec l'information proprioceptive, comme je l'ai moi-même vérifié au cours des travaux qui m'ont conduit à isoler et définir le Syndrome de Déficience Posturale. Parmi les facteurs d'ordre externe, on ne soulignera que les mauvaises habitudes posturales de repos, de travail et de loisir, conditionnées par des idées erronées en matière d'éducation, d'ergonomie et même de santé, qui, induisant les réflexes toniques magistralement présentés par Magnus, Bobath et Fukuda, peuvent être considérées comme les grandes responsables des attitudes incorrectes qu'on observe.

Comme on l'a répété sans cesse, il y a actuellement dans le monde un nombre excessif d'individus présentant d'importantes déviations de la posture idéale, en association avec des troubles, souvent ignorés et presque toujours méprisés, de l'équilibre et de l'information. Ces troubles, parfois incapacitants, pourraient facilement être évités ou traités par de simples mesures préventives ou thérapeutiques, exigeant en tout cas une connaissance profonde de ce problème de santé publique.

Henrique MARTINS DA CUNHA

Professeur de médecine physique et rééducation fonctionnelle à l'Institut d'hydrologie
Professeur de posturologie à la faculté de médecine dentaire de l'université de Lisbonne