

El **Método de Reeducción Postural “ Les Trois Equerres - Las Tres Escuadras “** es un Método francés de **origen mezierista**. Toma forma hace casi 40 años, por una intuición de **Nicole Morelli, asistida por su marido Antony**. Los dos fisioterapeutas, alumnos de **Mezières**, quedaron fascinados por su trabajo, por la revolucionaria visión global del cuerpo humano, por sus resultados; en cambio, considerando que cada equilibrio de fuerza con el propio cuerpo humano y con el de otros es perjudicial, que la postura es lo que el cuerpo expresa, lugar de la historia física pero también de las emociones y que por lo tanto, cada corrección de la postura debe ser ganada a través de la percepción, el conocimiento, la gradualidad y “ el dejarse llevar “ de parte del sujeto. Quedaron dubitativos al proponer un método en algunos tramos , tan “ duro “

Con el fin de evitar realizar un tratamiento de reequilibrio postural, a través de posturas consideradas demasiado “ fuertes “ para el paciente y a veces dolorosas, trabajarán con un contacto completamente distinto del tratamiento postural basado, en la primera fase, esencialmente “ sobre la aceptación “. Inventando el uso de la cinta de sostén de los miembros inferiores y el uso de almohadones de descarga del raquis, lograron fácilmente poner en postura correctiva también a los sujetos más rígidos, apuntando a la “ puesta en tensión “ muscular sólo a las zonas de retracción, evitando así trabajar en el dolor o en la excesiva tensión muscular – absolutamente contraindicada en algunos sujetos y en muchas patologías en fase aguda. La originalidad del método consiste además, en la forma, en las modalidades y en los tiempos del trabajo postural

Se vuelve a “ tocar “ al paciente, como en nuestro trabajo original. Es un continuo trabajo manual del terapeuta, que durante las posturas globales de 60 minutos, moviliza articulaciones y músculos, masajea con un trabajo suave y al mismo tiempo profundo, realiza pompages, “ pone en tensión “ la musculatura rígida, realiza una acción manual que apunte al relajamiento y distensión global del sujeto... se comunica con el paciente, a través de la más antigua forma de intercambio y percepción : el tacto, con suavidad y progresión, con paciencia y amor (palabra a menudo usada indebidamente, pero nunca tan adecuada y apropiada viendo el trabajo de **Nicole**).

Los objetivos finales eran desde luego, los mismos de la Mézières, pero el camino para llegar a los mismos se diferenciaba notablemente. Nace así **El Método de las “ Tres Escuadras “**, que a través de un trabajo suave y progresivo y posturas cada vez más activas, a partir de las capacidades elásticas del paciente, lo acompaña a un reequilibrio de las cadenas musculares tónicas y de su postura global.

En la progresión del tratamiento, se mezclan tres fases :

la fase **Pasiva**, en la cual se trabaja en total relajamiento y distensión del paciente : el terapeuta desarrolla un trabajo manual tendiente a rearmonizar la alterada relación entre musculatura tónica y dinámica.

En la fase **Activo-Pasiva**, el paciente, simultáneamente con el trabajo manual del terapeuta, comienza a mantener algunas posturas activamente, sostenido por cinta y/o cuerda elástica.

En la fase **Activa**, en la cual se estabiliza el reequilibrio muscular, obtenido en las otras dos fases, exclusivamente a través de las posturas activas mantenidas por el paciente bajo la guía del terapeuta.

Este trabajo se realiza en posturas, que se suceden de acuerdo a la patología encontrada, a su fase, al estudio de la **Actitud Postural Primaria** del sujeto y a su estado emotivo con relación a la patología.

El **Método de las “ Tres Escuadras “** se desarrolla a lo largo de los años, tomando una conformación y espacio específico en el panorama de la Reeducción Postural. En **Argentina** es enseñado desde mediados de los años 90 por **Nicole y Antony Morelli**, y a partir **de 1998 por Nicole** y el Dr. en Fisioterapia italiano **Ugo Morelli** – curiosamente su homónimo, pero no pariente –.

La colaboración con este último, durante los últimos 15 años aporta nueva savia al Método que asume una conformación aún más original y específica, enriqueciéndolo con :

- una exclusiva **Evaluación Postural** que permite determinar la causa primaria que origina el dolor y la zona desde donde parte el impulso desequilibrante que altera la postura, ya sea **ascendente o descendente**;
- una evaluación capaz de evidenciar en qué casos está **indicado un trabajo postural global**, y en cuales está **contraindicado**;
- **El uso de los almohadones de cúneo**, que permiten ejercer una acción precisa de alargamiento muscular exclusivamente en las zonas de mayor rigidez (hipomóviles-músculos freno), dejando “neutras” las zonas de mayor movilidad (hipermóviles-músculos vencidos) ;
- **Innovativos y diferenciados** protocolos terapéuticos específicos de acuerdo a la patología y a su fase, como por ejemplo – **espondilolistesis, hernia lumbar, hernia cervical, síndrome de los escalenos, disfunciones de micromovimiento articular**, etc.
Morelli es autor de la obra : *Método de Reeducción Postural Las Tres Escuadras – Tratamiento Hernia Discal Lumbar en fase aguda-sub aguda de fondo. Marrapese ed. 2009.*
- Un original y eficaz tratamiento , para la cura y prevención de la **escoliosis**.

En la aplicación del Método de las “ Tres Escuadras “ se integran varias técnicas que sirven de auxilio para el trabajo postural global. Estas técnicas se enseñan en el curso, algunas en sus bases fundamentales, otras en forma completa y exhaustiva: **pompages, terapia manual, punto/dígito presión, algunas técnicas mio-fasciales, técnica Y-Lang** (para las patologías del raquis cervical), **reeducción del piso pélvico**.

El estudio de la **biotipología según Vanier** y de la **relación terapeuta / paciente**, permite además crear una relación de conocimiento con el sujeto tratado, indispensable en una terapia postural global que no se limita sólo a la “ mecánica “ músculo / articular .