

Nome: Ricardo 50 anos

Doenças: colesterol, Condromalácia Patelar, Ruptura Manguito, Espongiolite

Medicamentos: zetia

Dores: dor no ombro esquerdo, direito, acrómio esquerdo, acrómio, dor no deltoide quando dorme em cima do braço, joelho condromalacia patelar, bilateral, começo com crepitação sem dor ao movimento. Dor na coluna lombar por stress. Coluna estressa esta treinando 6 meses.

Relatório: paciente com oscilação de peso, core fraco pela cirurgia que fez. Problemas articulares significativos.

Objetivo: perda de peso, manutenção. Caminhada condicionamento físico.

Indicação ao profissional: Realizar mobilização escapular antes do treino de mmss, e mmi. Paciente está sentindo dor no ombro. Ativação muscular antes dos exercícios. Trabalhar fortalecimento de glúteo médio. Ângulos de proteção do joelho pela condromalacia patelar. Fortalecimento do core. Cuidado com a coluna do paciente pela Espongiolite Treino aeróbico paciente já realiza sozinho faz 6 km de bike duas vezes por semana

Realizará na unidade: fisioterapia preparação física