


AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: CAROLINA DE SOUZA ALVES DOS SANTOS	DATA NASC.: 18/10/1982
AVALIAÇÃO: 15/08/2019	REAValiação: 11/2019
DIAGNOSTICO: INFLAMAÇÃO NO PSOAS DIR. E ESQ/DOR NA COLUNA LOMBAR E CERVICAL	

PESO: 62 KG	ALTURA: 163,5 CM	PA: 12/8
--------------------	-------------------------	-----------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial: 45 graus/falta de mobilidade de tornozelo/falta de força no quadriceps/falta de controle neuromuscular. Com apoio 90 graus/falta de força no quadriceps - com dor psoas - PSE: 5			
PONTE BILATERAL	60" - sem dor - PSE: 6			
PRANCHA	60" - falta de controle neuromuscular - com dor na lombar - PSE: 8			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	NÃO
	ESQUERDO	SIM	NÃO	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	7		28,6
	ESQUERDO	2		
OBS: sem dor - PSE: 0				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	60		65,0
	ESQUERDO	39		
OBS: Lado dir. rotação de quadril/falta de controle neuromuscular - com dor atras do joelho e gluteo dir - PSE: 10/Lado esq. rotação de quadril/falta de controle neuromuscular - com dor na lombar dir - PSE: 10				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	35		87,5
	ESQUERDO	40		
OBS: lado dir. falta de controle neuromuscular - com dor na lombar lado dir - PSE: 10/lado esq. falta de controle neuromuscular - com dor na lombar lado esq. - PSE: 10				

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO	90	100
	ESQUERDO	90	
OBS: - de 90 graus - sem dor - PSE: 4			
FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO	30	83,33
	ESQUERDO	25	
OBS: sem dor - PSE: 7			
OBS GERAIS: Ex-atleta de handball (20 anos)/cirurgia no menisco medial direito (1999, sente desconforto em baixo da patela, atras e lateral do joelho/dor lombar e nos isquios (possivel síndrome piramidal), ao ficar muito tempo sentada/inflamação no psoas dir e esq (4 anos)/dor cervical ao ficar muito tempo em pe/faz pilates 2x por semana. Recomendações: Fisioterapia manipulativa com Luiz 1x por semana.			

NATALIA LUISA
PREPARAÇÃO FÍSICA/AVALIAÇÃO FÍSICA
CREF: 113695-G/SP