



/onbodyevolution



on_bodyevolution

Nome: Mariana Beraldo Bassoli 35

Doenças:

Medicamentos:

Dores: sem dores no momento

Relatório: hiperlordose quando estava com 15 anos, rpg pilates melhorou. Faz natação 1 x, parou com pilates já faz um ano e meio fez na gravidez. Não quer mais realizar pilates, se encontra em um quadro bom no momento. Histórico familiar Diabetes tipo 2 , tibia desalinhada do joelho. Paciente trabalha em pé a noite e dia sentada.

Objetivo: Fortalecimento e condicionamento, 2 x semana preparação

Indicação ao profissional: Trabalhar ativação core sempre antes do treinamento, trabalho de força global mesclar funcional com musculação. Fortalecer core principal indicação motivo da hiperlordose significativa.

Realizará na unidade: Preparação Física