

RELATORIO – LAUDO AVALIAÇÃO DE MOVIMENTO

Data: 11/10/2019.

Nome: Debora Arantes Campos Mourão

Idade: 32 Anos.

Altura: 159 Cm

Peso: 64 Kg

Pressão Arterial: 12/6 mmHg.

Objetivo: Parar de mancar e parar de sentir dor anterior no joelho esquerdo.

Média de sono: 4-6 horas – Regular.

Ingestão de água: 4 copos/dia.

Alimentação: Regular – Pizza.

Doenças: Não.

Medicamentos: não.

Relatório: Pós operatório de joelho esquerdo a 7 meses com o DR, João. Não faz atividade física regular +10 anos. Está fazendo fisioterapia com o Luiz 2 vezes na semana, para melhora da dor no joelho; e melhora do déficit de força de MMII.

Indicação ON: **Fisioterapia 2x** (melhora da dor e déficit de força MMII, reavaliar dinamometria em 6 sessões para ver evolução). **Pilates 1x** (exercícios de mobilidade de tornozelo e fortalecimento de core). **Yoga** (1x na semana para melhora do sono).