

NOME: ISADORA YAMADA SOARES	DATA: 02/10/2018
IDADE: 15 ANOS	OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA

DESEMPENHO CORPORAL		RESULTADOS	
DINAMOMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	38.7 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		33 ESQUERDO	-14.73
	ISQUIOTIBIAIS	11.1 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		10.4 ESQUERDO	-6.31
	ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS	28.68 DIREITO	DÉFICIT DE FORÇA
		31.52 ESQUERDO	DÉFICIT DE FORÇA
	GLÚTEO MÉDIO	24.3 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		24.4 ESQUERDO	0.41
	GLÚTEO MÁXIMO	24.5 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		22.4 ESQUERDO	-8.57

**DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:** Paciente apresenta déficit de força bilateral de isquiotibiais em relação ao quadríceps (28,68% em MID e 31,52% em MIE). Quando comparado MIE em relação ao MID, apresenta ligeiro superávit de MIE em 0,41% em glúteo médio, e déficit de 14,73% em quadríceps, 6,31% em isquiotibiais e 8,57% em glúteo máximo.

**RECOMENDAÇÕES:** Trabalho de fortalecimento para musculatura de cadeia posterior, visando melhor equilíbrio com musculatura anterior de coxa (relação esperada de 65%). Recomenda-se exercícios com ênfase unilaterais, evitando cadeia cinética aberta.