

Nilza Souza Brito

Paciente, realizou avaliação 15/08/2019, na clínica On Body evolution Assis – Sp, com quadro clínico de hérnia extrusa lombar l3 com dores irradiada para mmi, em avaliação foi verificado falta de força de core importante, mobilidade escapular diminuída. Realizou na unidade ON tratamento de fisioterapia, para melhora da dor. E levando orientações para iniciar pilates e fortalecimento muscular resistido. Paciente relata que realizou aulas de pilates 2 x semana, mas não realizou treinamento resistido.

Em reavaliação realizada 03/12/2019. Encontra-se com grande melhora de força de core, sem dores. Com novo quadro clínico de dor em joelho direito sem diagnóstico aos testes em dinamômetro foi detectado falta de força muscular bilateral em mmii

Orientada a continuidade do pilates e iniciar fortalecimento muscular resistido.

Wanessa Silva

Fisioterapeuta / Preparadora física

Especialista: Fisiologia do exercício e prescrição de exercícios

Crefito: 215506-F - Cref: 104545-G/SP