


AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: TAINA GOULART GONCALVES	DATA NASC.: 07/09/1990
AVALIAÇÃO: 20/09/2019	REAValiação: DEZ/2019
DIAGNOSTICO: LOMBALGIA NA L1 E L2	

PESO: 93 KG	ALTURA: 180 CM	PA: 12/8
--------------------	-----------------------	-----------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial sem apoio: rotação lateral dos pes/pisada supinada/falta de mobilidade de tornozelo/joelho varo/projecao do tronco a frente - sem dor - PSE: 7			
PONTE BILATERAL	60" - falta de controle neuromuscular - leve desconforto na lombar - PSE: 6			
PRANCHA	36" - falta de controle neuromuscular/afastamento das escapulas - com dor na lombar - PSE: 8			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	SIM
	ESQUERDO	SIM	SIM	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	1		20
	ESQUERDO	5		
OBS: lado dir. leve desconforto no ombro esq/lado esq. desconforto no deltoide anterior direito - PSE: 1				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	18		33,3
	ESQUERDO*	6		
OBS: lado esq. teste interrompido por caibra/flexao do quadril/lado dir. rotação laretal do pe/pisada pronada/flexao de quadril/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 8				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	14		64,3
	ESQUERDO	9		
OBS: lado dir. joelho flexionado/falta de controle neuromuscular/rotação do quadril/lado esq. joelho flexionado/falta de controle neuromuscular/rotação de quadril - PSE: 9				

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO	90	100
	ESQUERDO*	90	
OBS: sem dor - PSE: 0			
FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO	13	86,67
	ESQUERDO*	15	
OBS: lado dir. rotação de quadril/falta de ativação de core - sem dor/lado esq. falta de controle neuromuscular/falta de ativação do core/rotação de quadril - PSE: 8			
OBS GERAIS: Paciente sempre fez atividade física jogava volei na escola/ballet na faculdade/atualmente faz muay thai 2 vezes na semana/cross fit 3 vezes na semana/rompeu ligamentos do tornozelo esq e entorse tornozelo dir. quando jogava volei na escola/lombalgia na L1 e L2 lado esq (com desconforto)/epilepsia. Recomendações: Fisioterapia 1x por semana para lombalgia/Pilates 1x por semana para fortalecimento de core/Preparação Física 2-3 vezes por semana para melhora da mobilidade de tornozelo/fortalecimento de gluteo medio e posterior de coxa (unilateral)/fortalecimento de redondo maior e menor..			