

NOME: JULYA CHADA MARKAKIS	DATA: 28/01/2019
IDADE: 14 ANOS	OBJETIVO: AVALIAÇÃO DE FORÇA

DESEMPENHO CORPORAL		RESULTADOS	
DINAMÔMETRIA (KG/F)	QUADRÍCEPS	22.2 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		18.5 ESQUERDO	-16.67
	ISQUIOTIBIAIS	9.8 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		9.1 ESQUERDO	-7.14
	ISQUIOTIBIAIS / QUADRÍCEPS	44.14 DIREITO	DÉFICIT DE FORÇA
		49.19 ESQUERDO	DÉFICIT DE FORÇA
	GLÚTEO MÉDIO	17.2 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		16.1 ESQUERDO	-6.40
	GLÚTEO MÁXIMO	9.5 DIREITO	RELAÇÃO E/D (%)
		9.4 ESQUERDO	-1.05

**DIAGNÓSTICO DE DESEMPENHO:** Paciente apresenta déficit de força de isquiotibiais em relação ao quadríceps bilateral (44,14% MID e 49.19% MIE), com relato de que a carga de treino semanal foi associada a incômodo em isquiotibiais. Quando comparado MIE em relação ao MID, apresenta déficit de MIE em 16,67% em quadríceps, 7,14% em isquiotibiais, 6,4% em glúteo médio, 1,05% em glúteo máximo.

**RECOMENDAÇÕES:** Trabalho com ênfase unilateral.