



Nome: Luiz Carlos Funari

PROGRAMA INDIVIDUAL DE TREINAMENTO

Antecedentes:

Diagnóstico de desempenho: Paciente sedentário, em avaliação do movimento foi identificada. Falta de força global, e mobilidade articular; tornozelo, quadril, joelho e escapulo torácica. Falta de fortalecimento do core (centro do corpo) diminuição da flexibilidade. Observa-se o queixa de dor lombar e perna esquerda com irradiação e formigamentos. Paciente com Hipertensão arterial, triglicerídeos alterado, cirurgia bilateral em ombro, e joelho. Alteração diagnosticada em exame de imagem, em coluna cervical hérnia cervical c5-c6 c6-c7, espondiloartrose, abaulamento discal posterior focal c4-c5 discopatia degenerativa. Conforme os testes e relato do paciente um possível, problema em coluna lombar, não possui exame de imagem no momento. Foi solicitado ao paciente exame laboratorial de sangue e o exame de coluna lombar. Devido ao quadro do paciente foi orientado ao Pilates para fortalecimento do core, preparação física para fortalecimento global, Fisioterapia Osteopatia, para melhora do quadro de dor, e consulta nutricional para regular a alimentação e diminuição de P/A.

Objetivo do paciente : Melhora do quadro de dor lombar e perna esquerda

S	T	Q	Q	S	S	D
		 fisioterapia			 pilates	