



/onbodyevolution



on\_bodyevolution

Nome: ana paula Souza

Doenças: Asma controlada , escoliose em S, condromalacia

Medicamentos: não

Dores: pontada no joelho, condromalacia patelar.

Pressão arterial: 110/60 mmHg

Relatório: treina desde dos 16 anos, escoliose não teve mais dor Exame de sangue recente 1 ano  
Ultimo exame de sangue, faz um ano

Pa : 110/60

Objetivo: Aumento de massa muscular, tônus

Indicação ao profissional: Realizar exercícios de mobilização articular quadril e escapulotorácica, treino de hipertrofia dividido em segunda mmi exercícios livres, quarta superior e core, sexta mmi. Paciente realizara fisioterapia esportiva, antes do treino da segunda. Aluna realiza exercícios cardio sozinha, não usar no treinamento. Foco na perda de força que aluna teve de quadríceps de uma avaliação de dinamometria para outra.

Pilates Mobilidade de coluna, core da aula esta ok

Realizará na unidade: preparação física, Fisioterapia, Pilates.