



/onbodyevolution



on\_bodyevolution

Nome: Camila Funari 37 anos.

Doença crônica hérnia, lombar l5 e s1 ( após abdominoplastia, após dois anos)

Medicamentos: dolamin flex

Dores: Lombar

Relatório: Paciente relata incomodo lombar, e tomar medicação para dor e relaxamento muscular todos os dias, ir orientando a retirada da auto medicação.

Objetivo: saúde, emagrecimento

Indicação ao profissional: Trabalho de mobilidades articulares, tornozelo quadril, escapula.

Ativação muscular todos os exercícios, ativação core todos os treinos. Realizar educativos de movimento de agachamento. Trabalho de força pra aumento de massa muscular para gerar o emagrecimento. E conscientização da alimentação todos os dias.

Realizará na unidade: Preparação física Pilates