


AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

NOME: ROBERTO CARLOS FERREIRA	DATA NASC.: 14/04/1964
AVALIAÇÃO: 2808/2019	REAValiação: 11/2019
DIAGNOSTICO: ENTORSE E DISTENSAO ENVOLVENDO LIG. CRUZADO (ANT/POST) DO JOELHO	

PESO: 71 KG	ALTURA: 179 CM	PA: 15/8
--------------------	-----------------------	-----------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial 45 graus: rotação lateral dos pés/falta de mobilidade de tornozelo/joelho valgo/falta de força no quadriceps/projecao do tronco a frente/falta de mobilidade de ombros/hipercifose/cotovelos flexionandos - sem dor - PSE: 5			
PONTE BILATERAL	60" - rotacao lateral dos pes - sem dor - PSE: 1			
PRANCHA	60" - abaulamento das escapulas/cifose acentuada - sem dor - PSE: 6			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	SIM
	ESQUERDO	SIM	SIM	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	1		14,3
	ESQUERDO	7		
OBS: esq. falta de along. de ombros - com dor ombro dir/lado dir. falta de alongamento/ - com dor no cotovelo esq - PSE: 2				
PONTE UNILATERAL	DIREITO*	60		100,0
	ESQUERDO	60		
OBS: lado dir. rotação lateral do pe/pisada supidana/flexao do quadril - com dor no gluteo dir leve/lado esq. flexao de quadril - sem dor - PSE: 7				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	60		51,7
	ESQUERDO*	31		
OBS: lado esq. falta de controle neuromuscular/apoio na lateral da perna/falta de força gluteo medio - sem dor/lado dir. apoio na lateral da perna/falta de força gluteo medio/falta de controle neuromusclar - com dor ombro dir - PSE: 7				

 PERNA ESTENDIDA	DIREITO*	90	100
	ESQUERDO	90	

OBS: - de 90 graus flexao de joelho - sem dor - PSE: 6

FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)	DIREITO*	46	93,48
	ESQUERDO	43	

OBS: lado dir. sem dor/lado esq. falta de controle neuromuscular - sem dor - - PSE: 7

OBS GERAIS: pes planos/tirou o calcanhar do apoio/roptura parcial dos ligamentos laterias do tornozelo dir (nao soube identificar, sem dores)/cirurgia nos joelhos menisco e ligamento cruzado com enxetro nos dois joelhos (lateral da perna) a mais de 10 anos/desconforto nos joelhos ao ficar muito tempo sem praticar atividade fisica/suspeita de epcondilite lateral esq./dormencia nas maos mais lado esquerdo (vai passar no medico especialista hoje para ver a mao e o cotovelo), suspeita de estar relacionado a coluna. **Atencao:** Paciente apresentou PA alterada, porém não apresentou sinais de alteracoes fisiologicas (faz uso de ritalina, pai hipertenso)/fazer controle de PA antes e depois da Preparação fisica, caso apresente alteracoes por mais 2 vezes, encaminhar para Dr. Denise. **Recomendoes:** Paciente ativo (corrida, corrida de trekking, musculação), fazer Preparação Fisica 1x na semana para trabalhos de mobilidade geral (principalmente tornozelo e ombros)/liberação miofascial regioao das costas e peitoral maior/exercicios com elasticos para postura (abdutores da escapula)/exercicios para gluteo medio em cadeia cinetica fechada/conversar com professor responsavel pelo treino na academia do predio, para organizacao do treino (cadeia posterior, e tarefas