


## AVALIAÇÃO DO MOVIMENTO

<b>NOME:</b> FLAVIO JOSÉ SIQUEIRA	<b>DATA NASC.:</b> 15/09/1984
<b>AVALIAÇÃO:</b> 13/09/2019	<b>REAValiação:</b> 12/2019
<b>DIAGNOSTICO:</b> CIRURGIA LCA ESQ (2018) E CIRURGIA LCA DIR (2014)	

<b>PESO:</b> 96 KG	<b>ALTURA:</b> 176 CM	<b>PA:</b> 12/6
--------------------	-----------------------	-----------------

TESTE	RESULTADOS			
AGACHAMENTO ARRANQUE	Parcial com e sem apoio - limitação dos joelhos/projecao da cabeça a frente - com dor nos joelhos - PSE: 5			
PONTE BILATERAL	60" - sem dor - PSE: 5			
PRANCHA	60" - falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 7			
KIBLER	LADO	K1	K2	K3
	DIREITO	SIM	SIM	NÃO
	ESQUERDO	SIM	SIM	NÃO
				LSI (%)
APPLEY CM	DIREITO	1		33,3
	ESQUERDO	3		
OBS: lado dir. sem dor/lado esq. - com dor ombro dir - PSE: 3				
PONTE UNILATERAL	DIREITO	60		100,0
	ESQUERDO*	60		
OBS: lado esq. rotação lateral do pé/tirou dedos do chão/rotação do quadril/falta de controle neuromuscular - sem dor/lado dir. rotação lateral do pe/rotação de quadril/falta de controle neuromuscular - sem dor - PSE: 8				
PRANCHA LATERAL	DIREITO	60		100,0
	ESQUERDO	60		
OBS: lado esq. apoio na lateral da perna/rotação de quadril/falta de controle neuromuscular - sem dor/lado dir. apoio na lateral da perna/falta de controle neuromuscular - PSE: 10				

 <b>PERNA ESTENDIDA</b>	<b>DIREITO</b>	90	100
	<b>ESQUERDO</b>	90	
<b>OBS:</b> sem dor - PSE: 0			
<b>FORÇA DE ABDUÇÃO (10% PC)</b>	<b>DIREITO</b>	31	100,00
	<b>ESQUERDO*</b>	31	
<b>OBS:</b> lado esq. falta de ativação do core - sem dor/lado dir. falta de ativação de core - PSE: 7			
<b>OBS GERAIS:</b> Refere a cirurgia de lca esq com Dr. Joao a 10 meses (parou a fisio a 1 mes, pequenos desconfortos ao exagerar)/fez teste isocinetico para cadeia anterior e posterior (evoluindo bem)/cirurgia lca dir (2014, refere a desconfortos desde então, porem está mais intenso nos ultimos meses)/vai fazer ressonancia/esta fazendo musculação orientada 2 vezes na semana e pilates todos os dias (Paciente é Fisio e trabalha com pilates)/pes planos/refere a leve desconforto no ombro a mais ou menos 1 ano (não fez exame), teste de pressao manual ponto de gatilho/retornou ao futebol de campo e society desde agosto (porem não joga o tempo todo). <b>Recomendações:</b> Fortalecimento de gluteo medio e maximo (cadeia cinetica fechada) e execicios para MMII unilaterias/talvez realizar 1 serie a mais para o lado esq durante 4 semanas (paciente refere a fadiga maior do lado esq)/reavaliar em dezembro.			

NATALIA LUISA  
PREPARAÇÃO FÍSICA/AVALIAÇÃO FÍSICA  
CREF: 113695-G/SP