



# BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

## CINESIOTERAPIA

SAMARA VENTURA DA SILVA RODRIGUES - 2019212991

### QUESTÃO 01 - [406521]

1) Na avaliação cinético-funcional de Pedro, paciente com 42 anos de idade, com sequela de entorse do tornozelo direito, de grau II, em fase crônica, identificou-se pequeno edema residual na face lateral do tornozelo e dor no ligamento talofibular anterior, tanto na palpação quanto na fase de pré-impulsão da marcha. Verificou-se, ainda, força muscular de grau 4, segundo a escala de Oxford, para os músculos fibulares e tibial anterior, que se apresentavam ligeiramente encurtados. Com o objetivo de favorecer a amplitude de movimento e melhorar a flexibilidade dos músculos mencionados, prescreve-se o exercício de alongamento. Tratando-se do músculo tibial anterior, afim de realizar o exercício de alongamento de forma passiva, marque como seria realizado tal exercício (explicado de forma sucinta):

- A) Pode-se posicionar o paciente em decúbito ventral, explica-se o procedimento e o que ele deverá sentir. O terapeuta apoia sua mão na planta do pé do membro referido do paciente e realiza o movimento de dorsiflexão (sem que haja contração muscular do sr Pedro), até o mesmo sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- B) Pode-se posicionar o paciente em decúbito ventral, explica-se o procedimento e o que ele deverá sentir. O terapeuta apoia sua mão na planta do pé do membro referido do paciente e realiza o movimento de dorsiflexão (com contração muscular do sr Pedro), até o mesmo sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- C) Pode-se posicionar o paciente em decúbito dorsal, explica-se o procedimento e o que ele deverá sentir. O terapeuta apoia sua mão no dorso do pé do membro referido do paciente e realiza o movimento de flexão plantar (sem que haja contração muscular do sr Pedro), até o mesmo sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- D) Pode-se posicionar o paciente em decúbito dorsal, explica-se o procedimento e o que ele deverá sentir. O terapeuta apoia sua mão no dorso do pé do membro referido do paciente e realiza o movimento de flexão plantar (sem que haja contração muscular do sr Pedro), até o mesmo sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 minutos a manobra.
- E) Pode-se posicionar o paciente em decúbito lateral, explica-se o procedimento e o que ele deverá sentir. O terapeuta apoia sua mão no dorso do pé do membro referido do paciente e realiza o movimento de flexão plantar (com contração muscular do sr Pedro), até o mesmo sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.

QUESTÃO 02 - [406522]

1) Os conceitos de Cadeia Cinética Fechada (CCF) e Cadeia Cinética Aberta (CCA) já foram incorporados à prática dos fisioterapeutas. Abaixo estão algumas características comuns de ambos os tipos de exercícios. Correlacione o tipo de cadeia com suas respectivas características e marque a opção correta.

I. CCF

II. CCA

- ( ) Pode haver contrações musculares concêntricas, excêntricas e isométricas
- ( ) Há estímulo dos mecanorreceptores (fuso muscular e OTG)
- ( ) Segmento distal encontra-se móvel.
- ( ) Indicado quando não se pode descarregar o peso corporal

Assinale a opção que indica a sequência correta, de cima para baixo.

- a) I - II - I - II
- b) II - I - II - I
- c) I - I - II - II
- d) II - II - I - I
- e) II - I - I - II

QUESTÃO 03 - [406525]

O exercício resistido é um exercício ativo, ao qual se adiciona uma carga externa que tem por objetivo aumentar a força muscular, resistência muscular à fadiga, aumentar o trofismo e potência muscular. Este tipo de exercício é contraindicado em casos de:

- a) inflamação aguda, dor articular e/ou muscular intensa em movimentos ativos livres
- b) inflamação aguda, manobra de valsalva e movimentos substitutivos ou compensatórios.
- c) manobra de valsalva, osteoporose e fadiga
- d) dor articular e/ou muscular intensa em movimentos ativos livres e manobra de valsalva
- e) Nenhuma das alternativas

**QUESTÃO 04 - [406526]**

Considere que uma bailarina tenha procurado atendimento fisioterapêutico, com diagnóstico médico de início de necrose avascular da cabeça do fêmur, apresentando fortes dores ao realizar a rotação lateral e abdução da coxa D. Indicado neste caso exercícios de alongamento dos rotadores laterais e abdutores da coxa com objetivo de aumentar o espaço articular. Como você realizaria o exercício de alongamento estático passivo do grupo rotador lateral da coxa (quadril)?

- a) Pode-se posicionar a paciente em decúbito dorsal, explica-se o procedimento e o que ela deverá sentir. O terapeuta segura no pé D da paciente e realiza o movimento de rotação interna (sem que haja contração muscular da bailarina), até a mesma sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- b) Pode-se posicionar a paciente em decúbito lateral D, explica-se o procedimento e o que ela deverá sentir. O terapeuta segura no pé D da paciente e realiza o movimento de adução (sem que haja contração muscular da bailarina), até a mesma sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- c) Pode-se posicionar a paciente em decúbito ventral, explica-se o procedimento e o que ela deverá sentir. O terapeuta segura no pé D da paciente e realiza o movimento de abdução e rotação interna (sem que haja contração muscular da bailarina), até a mesma sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 segundos a manobra.
- d) Pode-se posicionar a paciente em decúbito dorsal, explica-se o procedimento e o que ela deverá sentir. O terapeuta segura no pé D da paciente e realiza o movimento de adução e rotação externa (sem que haja contração muscular da bailarina), até a mesma sentir uma “sensação de estar esticando”, mantém por 30 minutos a manobra.
- e) Nenhuma das alternativas.

**QUESTÃO 05 - [406527]**

Os avanços da biotecnologia vêm auxiliando sobremaneira a avaliação cinético-funcional realizada pelo fisioterapeuta, o que permite a elaboração de planos de intervenção específicos e individualizados. Nesse sentido, para os testes de equilíbrio estático, as plataformas de força orientam o profissional, fornecendo impressões sobre os deslocamentos do centro de gravidade, rearranjos posturais, entre outros. Com base no exposto, marque a alternativa incorreta:

- a) A perda do equilíbrio relaciona-se com o déficit proprioceptivo;
- b) Alterações nas amplitudes de movimentos articulares podem gerar déficits de equilíbrio;
- c) Fraqueza muscular, neste caso dos membros inferiores, não se relaciona com o equilíbrio;
- d) A detecção sensorial dos movimentos corporais auxilia na manutenção do equilíbrio postural.
- e) Nenhuma das alternativas acima.

**QUESTÃO 06 - [406531]**

Com relação aos determinantes dos exercícios resistidos, sabe-se que é importante atentar-se ao alinhamento correto e a estabilização efetiva dos pacientes. No que diz respeito à dosagem, marque a alternativa incorreta:

- a) RM é a maior carga que um músculo pode mover ao longo da ADM
- b) A carga inicial pode ser averiguada através da dinamometria
- c) O RM pode ser estimado por fórmulas e tabelas
- d) O acrônimo FIT relaciona-se com a frequência, intensidade e tempo
- e) Para alguns pacientes a medida basal da RM é inapropriada.

**QUESTÃO 07 - [406533]**

Assinale a opção correta levando em consideração os exercícios de Amplitude de Movimento Passivos.

- a) Com a execução desses exercícios, uma das metas será a prevenção de atrofia muscular.
- b) Com a execução desses exercícios, uma das metas será o aumento de força/resistência muscular.
- c) Com a execução desses exercícios, uma das metas será o aumento da circulação sanguínea e elasticidade muscular.
- d) Quando o paciente está apto a mover ativamente o membro, este tipo de exercício, está indicado.
- e) Nenhuma das alternativas acima

A entorse do tornozelo é provavelmente a lesão mais comum em esportistas, sendo a entorse em inversão o tipo mais frequente, ocorrendo em cerca de 85% das vezes. Vários estudos demonstram que se não for tratada adequadamente, a entorse de tornozelo pode levar à instabilidade crônica, podendo afetar o desempenho e predispor o atleta ao risco de se lesionar novamente. Sabendo dos problemas relacionados ao equilíbrio e propriocepção que este paciente terá, marque a alternativa incorreta:

- a) Podem ser utilizadas superfícies firmes e instáveis para o treinamento, além de equipamentos diversos.
- b) A alteração de equilíbrio tem relação com déficit proprioceptivo.
- c) Os exercícios de propriocepção terão intuito de ajudar a restaurar a função e prevenir novas lesões.
- d) **Nesse caso acima é contra-indicada a prescrição de exercícios.**
- e) Nenhuma das alternativas acima.

QUESTÃO 09 - [406535]

Com relação aos exercícios de alongamentos, correlacione as colunas e marque a alternativa correta, sequência de baixo para cima.

1.Alongamento estático passivo

2.Alongamento estático ativo

3.Alongamento dinâmico ativo

4.Alongamento dinâmico balístico

( ) brusco, curta duração, potencial a lesões

( ) delicado, lento, com aplicação de força manual ou mecânica

( ) movimentos controlados e não abruptos

( ) necessita de contração muscular, sem movimento

a) 1234

b) 2314

c) 4123

d) 1423

e) Nenhuma das alternativas acima

QUESTÃO 10 - [406536]

O que seria equilíbrio corporal?

a) Manutenção do corpo de pé na base de fixação.

b) Estabilização articular mediada pelos mecanorreceptores

a) Adequação do centro de gravidade dentro da base de apoio

e) Falta de força associada à déficit de ADM

e) Todas descritas acima estão incorretas.

## TERMOS DA ENTREGA

- » **Revise** toda sua prova antes de entregar;
- » Ao clicar no botão "**ENTREGAR PROVA**" suas respostas serão enviadas **exatamente** como exibida acima.
- » Caso envie a prova **sem questões respondidas**, ela será corrigida com **nota 0 (zero)**;
- » Ao aceitar e enviar a prova, **não será possível fazê-la novamente**, portanto só aperte o botão "**ENTREGAR PROVA**" caso tenha certeza.

Declaro que li e concordo com as regras.

**b950a276-bec9a851-cf3252a6-166e02a4**