DR. ANDERSON GARCIA

FISIOTERAPIA ESPECIALIZADA NO TRATAMENTO DA DOR

FICHA DE AVALIAÇÃO

PACIENTE

DATA: 22/12/2024

NOME: Matias Fernando Prates Monteiro

SEXO: Masculino **CPF: 143.227.889-47**

DATA DE NASCIMENTO: 12/04/2010 **IDADE: 14**

ENDEREÇO: R. Vereador Jacob Knabben da Silva, n 3050, BL7, Apto 303

BAIRRO: Passa Vinte **CIDADE: Palhoça**

ESTADO CIVIL: Solteiro **TELEFONE: (48)999347999**

PROFISSÃO/TRABALHO: Estudante

LAZER/ATIVIDADE FÍSICA: Musculação e Basquete

HÁBITOS ALIMENTARES/ SOCIAIS: Regular

MEDICAMENTOS CONTÍNUOS: SIM ( ) NÃO (x) QUAIS:

QUEIXA PRINCIPAL: Dor no joelho E e perda de função motora

HDA/HDP: fratura TAT joelho E por avulsão jogando futebol no dia 22/10 e fez a cirurgia dia 06/12/24

RED FLAGS: SIM ( ) NÃO (x)

DIAGNÓSTICO CINESIOLÓGICO: Trauma em recuperação (cirurgia TAT joelho E), fratura por avulsão

---

RESPONSÁVEL: PAI

NOME: Luiz Carlos Alves Monteiro

SEXO: Masculino **CPF: 160.350.202-59**

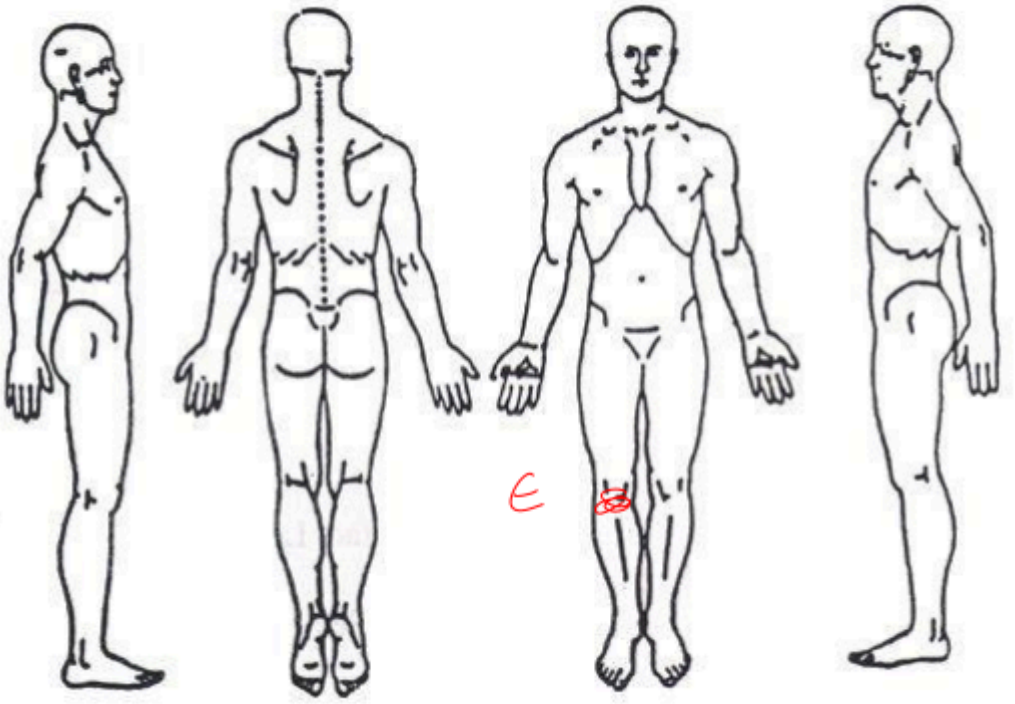
DATA DE NASCIMENTO: 10/10/1959 **IDADE: 66**

ENDEREÇO: R. Vereador Jacob Knabben da Silva, n 3050, BL7, Apto 303

BAIRRO: Passa Vinte **CIDADE: Palhoça**

ESTADO CIVIL: Divorciado **TELEFONE: (48)999-8484**

PROFISSÃO/TRABALHO: Aposentado



ESCALA VISUAL ANALÓGICA - EVA

NOTA DA DOR EM REPOUSO: 2

ESTADO DE SAÚDE GERAL:

FRATURA: sim (x) não ( ) tíbia por avulsão

FEBRE JUNTO COM A DOR: sim ( ) não (x)

INFECÇÃO RECENTE: sim ( ) não (x)

TONTURA, DESMAIOS E VERTIGENS: sim ( ) não (x)

PERDA DE PESO SEM MOTIVO NAS ÚLTIMAS TRÊS SEMANAS: sim ( ) não (x)

SANGUE NA URINA OU FEZES: sim ( ) não (x)

CÂNCER: sim ( ) não (x)

HIPERTENSÃO: sim ( ) não (x)

DOENÇA CARDÍACA: sim ( ) não (x)

DORMÊNCIA NA REGIÃO GENITAL: sim ( ) não (x)

CIRURGIAS: Tibia/TAT joelho E

CICATRIZES: (x) SIM ( ) NÃO / LOCAL DA CICATRIZ: Cicatriz no terço proximal da tíbia, colocação de parafuso

EDEMA: ( ) SIM (x) NÃO / LOCAL:

AVALIAÇÃO FÍSICA

EXAME FÍSICO MMII

FUNÇÃO: Incapaz de realizar a FLX de joelho e de contração voluntária da coxa lado E

FORÇA (GRAU):

0 NENHUMA CONTRAÇÃO VISÍVEL (x)

1 CONTRAÇÃO VISÍVEL SEM MOVIMENTO DO SEGMENTO ( )

2 MOVIMENTO ATIVO COM ELIMINAÇÃO DA GRAVIDADE ( )

3 MOVIMENTO ATIVO CONTRA A GRAVIDADE ( )

4 MOVIMENTO ATIVO CONTRA A GRAVIDADE E RESISTÊNCIA ( )

5 FORÇA NORMAL ( )

ADM JOELHO E

FLX: 0

EXT: Completa

ADM JOELHO D:

FLX: Completa

EXT: Completa

Circunferência MMII

COXA E:

4cm Acima da patela: 41 cm

12cm acima da patela: 48cm

20cm acima da patela: 55,5

COXA D:

4cm Acima da patela: 42 cm

12cm acima da patela: 48cm

20cm acima da patela: 55,5

EVOLUÇÃO

Paciente chegou com 16 dias de um P.O de fratura tibia/avulsão. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente com restrição da flexão de joelho pelo médico até a 4 semana ou segunda ordem do médico, paciente com órtese mantendo extensão de joelho, paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresenta inibição artrogênica de quadríceps, força grau: 0 dos extensores do joelho E, EVA 2 em repouso. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores e adutores de quadril sem gravidade com auxílio da faixa e resistência do terapeuta), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 30. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

26/12/2024

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente com restrição absoluta pelo médico cirurgião ortopedista de realizar a flexão de joelho nas 4 primeiras semanas de P.O, paciente com órtese mantendo extensão de joelho, paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresentando inibição artrogênica de quadríceps, força grau: 1 dos extensores do joelho E. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores e adutores de quadril sem gravidade com auxílio da faixa (miniband e resistência do terapeuta), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 30. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna esticada ativo assistido, e ativo. Paciente já consegue elevar a perna resistindo a gravidade sem auxílio (força grau 3). Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

29/12/2024

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente com restrição absoluta pelo médico cirurgião ortopedista de realizar a flexão de joelho nas 4 primeiras semanas de P.O, paciente com órtese mantendo extensão de joelho, paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 1 dos extensores do joelho E. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio e abdutores e adutores de quadril sem gravidade com auxílio da faixa (miniband e resistência do terapeuta), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 35. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna esticada ativo assistido, e ativo. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

02/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente com restrição absoluta pelo médico cirurgião ortopedista de realizar a flexão de joelho nas 4 primeiras semanas de P.O, paciente com órtese mantendo extensão de joelho, paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 3 dos extensores do joelho E. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio e abdutores e adutores de quadril sem gravidade em DD com auxílio da faixa (miniband e faixa elástica), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 35 nos 10 primeiros minutos e intensidade 40 nos 10 minutos finais. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna estendida ativa repetida durante a eletroestimulação. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

08/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente com restrição absoluta pelo médico cirurgião ortopedista de realizar a flexão de joelho nas 4 primeiras semanas de P.O, paciente com órtese mantendo extensão de joelho, paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 3 dos extensores do joelho E. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio e abdutores e adutores de quadril sem gravidade em DD com auxílio da faixa (miniband e faixa elástica), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 40. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna ativa repetida durante a eletroestimulação. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

12/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente liberado pelo médico ortopedista a realizar a flexão de joelho. Paciente apresenta EXT completa de joelho e sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio e abdutores e adutores de quadril sem gravidade em DD com auxílio da faixa (miniband e faixa elástica), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 10 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 49. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna estendida ativa repetida durante a eletroestimulação. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, e mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

15/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores e adutores de quadril sem gravidade em DD com auxílio da faixa (miniband e faixa elástica), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 10 segundos, Of status, por 20 minutos na intensidade 50. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna estendida ativa repetida durante a eletroestimulação. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, e mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

22/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio e abdutores e adutores de quadril sem gravidade em DD com auxílio da faixa (miniband e faixa elástica), por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 10 segundos, Of status, por 10 minutos na intensidade 55. Realizado o mesmo protocolo de corrente russa na mesma região de quadríceps realizando elevação da perna estendida ativa repetida durante a eletroestimulação. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de contrações de quadríceps deitado sem carga, e mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

26/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril em ortostase com auxílio da faixa e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Foi iniciado exercício com descarga de peso 5x20 de sentar e levantar da cadeira, por último foi aplicado eletroestimulação (corrente russa), em região de quadríceps com paciente sentado realizando extensão de joelho com auxílio do miniband, modo sincronizado, 50Hz, 50%, ciclo de trabalho 3 segundos, Rise 20 segundos, On 3 segundos, Decay 20 segundos, Of status, por 10 minutos na intensidade 55. Orientado a realizar em casa 3x ao dia, 5x20 repetições de sentar e levantar, e 5x20 de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

29/01/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril e flexores de quadril em ortostase com auxílio da faixa e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Foi iniciado exercício com descarga de peso 3x10 (sentar e levantar da cadeira e flexão de quadril sem peso em ortostase). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar, flexão de quadril em pé, e 3x ao dia, 5x20 de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

05/02/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização patelar e mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (sentar e levantar da cadeira e flexão de quadril sem peso em ortostase). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar, flexão de quadril em pé, e 3x ao dia, 5x20 de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

16/02/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

19/02/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

23/02/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor e 3 séries de 3 minutos de alongamento de quadríceps estático em DD. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (subir e descer degrau, sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar da cadeira, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 repetições de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

26/02/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor e 3 séries de 3 minutos de alongamento de quadríceps estático em DD. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (subir e descer degrau, sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar da cadeira, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 repetições de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

05/03/2023

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor e 3 séries de 3 minutos de alongamento de quadríceps estático em DD. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (subir e descer degrau, sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor). Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar da cadeira, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 repetições de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor e alongamento de quadríceps por 3 séries de 5 minutos na posição sentado, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

13/03/2023

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 4 dos extensores do joelho E e dos FLX de Joelho. Circunferência MMII, COXA E: 4cm acima da patela: 43 cm, 12cm acima da patela: 50cm, 20cm acima da patela: 58. COXA D: 4cm Acima da patela: 43,5cm, 12cm acima da patela: 50,5cm, 20cm acima da patela: 59. Realizado mobilização de joelho em flexo extensão 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor e 3 séries de 3 minutos de alongamento de quadríceps estático em DD. Realizado cinesioterapia com exercícios ativo dos músculos sinergistas 5x20 repetições com descanso de 30 segundos (gastrocnêmio, abdutores, adutores de quadril, glúteo, flexores de quadril com auxílio da faixa elástica e flexores de joelho em DD com auxílio da bola). Realizado exercício com descarga de peso 3x10 (subir e descer degrau, sentar e levantar da cadeira e afundo em amplitude indolor), iniciado exercícios pliométricos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 3x10 repetições de sentar e levantar da cadeira, flexão de quadril em pé, afundo, e 3x ao dia, 5x20 repetições de mobilização de joelho em flexo extensão respeitando contingências de tempo e dor e alongamento de quadríceps por 3 séries de 5 minutos na posição sentado, de manhã, tarde e final do dia. atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

16/03/2023

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote de 10 minutos aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

23/03/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

26/03/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

06/04/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

16/04/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA

27/04/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a realizar em casa 1x ao dia, 5x20 mobilização de joelho em FLX em 4 apoios, trote aumentando 15% do tempo a cada semana + 1h de caminhada todos os dias até o seu retorno. Atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

FISIOTERAPEUTA

07/05/2025

EVOLUÇÃO

Paciente chegou em BEG, sem auxílio de muletas deambulando. Realizado avaliação fisioterapêutica, paciente sem edema, apresentando ativação de quadríceps ativa força grau: 5 dos extensores do joelho E e força grau 5 dos FLX de Joelho com leve dor no final da ADM. Realizado mobilização de FLX de joelho em 4 apoios 5x20 repetições em amplitude respeitando contingência de tempo e dor. Realizado cinesioterapia com exercícios ativos para todo o complexo de cadeia anterior e posterior de coxa e perna. Iniciado exercícios pliométricos e gestos esportivos. Orientado a iniciar a musculação com acompanhamento de um educador físico para aumento de capacidade funcional. Paciente de alta, atendimento realizado sem intercorrências.

ASSINATURA

—----------

FISIOTERAPEUTA