

POLIANA:

A atleta deverá realizar tratamento fisioterápico, visando melhora do quadro algico e disfuncional do ombro Esquerdo, visando reequilíbrio muscular.

Diante do quadro atual será realizado trabalho de fortalecimento específico.

Fisioterapia:

- Intensiva durante 10 dias a partir da data de 30/01/2012 até 10/02/2012
- Uso de AINE. (oral e tópico)
- Alongamento específico.
- Fortalecimento específico.
- FP (2x)

Obs.: Reavaliação após a seletiva Nacional.

ANA:

A atleta deverá realizar tratamento fisioterápico, visando melhora do quadro algico e disfuncional do Triceps Braquial esquerdo, visando reequilíbrio muscular e ganho de resistência.

Diante do quadro atual será realizado trabalho de fortalecimento específico e ganho de alongamento muscular, além de correção funcional.

Fisioterapia:

- Intensiva durante com inicio no dia 30/01/2012 até 06/02/2012.
- AINE (oral e tópico)
- FP

OBS.: Reavaliação dia 06/02/2012

FELIPE:

O atleta deverá realizar tratamento fisioterápico, visando melhora do quadro atual de algias no ombro bilateral, assim como fortalecimento muscular específico da coluna lombar visando melhora disfuncional.

Fisioterapia intensiva do dia 30/01/2012 ate 10/02/2012, diariamente no horário estabelecido.

Será realizado trabalho de reequilíbrio muscular.

- AINE (oral e tópico)
- FP

Obs. será reavaliado após a seletiva nacional.

FABIO:

A atleta deverá inicialmente utilizar crioterapia após treinos e academia, visando melhora do quadro doloroso leve do punho bilateral.

Orientação do atleta será 30/01/2012

O atleta deverá ser monitorado quanto ao quadro álgico.

- FP

OBS: Atleta será reavaliado após a seletiva nacional.

JOÃO:

O atleta deverá realizar crioterapia após treinos e academia, realizando ainda alongamento de capsula anterior e posterior assim como triceps braquial e bíceps braquial após e também durante os intervalos de treinos.

O atleta será orientado no dia 31/01/2012.

- FP

OBS. O atleta deverá ser reavaliado após a seletiva nacional.

PEDRO HENRIQUE:

O atleta deverá permanecer treinando e será orientado a fazer trabalho de reequilíbrio muscular na pousada visando fortalecimento e reequilíbrio muscular da coluna lombar.

Atleta deverá ainda realizar tratamento de crioterapia após os treinos e academia nos ombros e punho.

- FP

Orientação fisioterápica na data de 31/01/2012.

OBS. O atleta será reavaliado após a seletiva nacional.

RICARDO:

Atleta deverá realizar tratamento crioterapico após os treinos e academia, visando melhora do quadro álgico assim como alongamento muscular e reequilíbrio muscular na academia.

O atleta deverá seguir programa de trabalho fornecido pela fisioterapia.

- FP

Orientação do atleta será no dia 31/01/2012.

Obs. Reavaliação do atleta no dia 07/02/2012.

CHARLES:

O atleta deverá realizar crioterapia após os treinos e academia visando melhora do quadro algico no bíceps braquial esquerdo.

O atleta será orientado quanto ao trabalho de auto tratamento.

- FP

- Orientação do atleta será no dia 31/01/2012.

Obs. Atleta será reavaliado no dia 07/02/2012.

MAICON:

Atleta deverá realizar tratamento crioterapico e alongamentos específicos após treinos e academia, visando melhora disfuncional e algica.

Atleta será orientado conforme protocolo fisioterápico.

- FP

- Orientação fisioterápica no dia 01/02/2012.

Obs. atleta será reavaliado após a seletiva nacional.

THIAGO:

O atleta deverá realizar tratamento crioterapico após os treinos e academia, assim com o trabalho de fortalecimento e alongamento muscular específico.

- FP

- Orientação do atleta 01/02/2012

Obs. Atleta será reavaliado apos a seletiva nacional.

CASSIO:

Atleta deverá manter trabalho de reequilíbrio muscular.

- FP

Obs. Atleta será reavaliado após a seletiva nacional.

LEONARDO:

O atleta deverá realizar tratamento crioterapico no ombro após os treinos e academia.

Atleta será orientado ao trabalho de CORE para fortalecimento muscular da coluna lombar.

- FP
- AINE
- Orientação do atleta será dia 31/01/2012.

Obs. Atleta será reavaliado após a seletiva nacional.

JEAN:

Tratamento fisioterápico para melhora gradual da tendinite no ombro direito.

O atleta deverá realizar tratamento intensivo de fisioterapia, visando melhora do quadro disfuncional e álgico a partir de 30/01/2012 até 10/02/2012.

- AINE (oral e tópico)
- Fortalecimento específico.
- FP

Obs: Será reavaliado após a seletiva nacional.

Dr. Anderson Roberto Kirihara

Fisioterapeuta Foz Cataratas Futebol Feminino

Fisioterapeuta Seleção Brasileira de Canoagem Slalom

Fisioterapeuta Global Fisio Ltda

Fisioterapeuta UNIPA/MORUMBI Futsal Masculino (profissional)

Blog: <http://andersonkirihara.blogspot.com/>

Msn: anderson_kirihara@hotmail.com

Skype: kiriharafisio

Facebook: Anderson Roberto Kirihara

Twitter: @aarkirihara

Cel.: (045) 99450306 TIM

Cel.: (045) 84066849 OI

Fone: (045) 3524-6647