**Caso clínico: Empilhador de café**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Movimento** | **Complexo Articular** | **Mov. Articular** | **F><=R** | **Ação (exc/conc/isom)** | **Função (ago/antago/ estabil)** | **Músculos Principais** |
| **Buscar saco de café no chão** | **Ombro** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Cervical** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Torácica** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Lombar** |  |  |  |  |  |
| **Quadril** |  |  |  |  |  |
| **Colocar saco de café na cabeça** | **Ombro** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Cervical** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Torácica** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Lombar** |  |  |  |  |  |
| **Coluna Lombar** |  |  |  |  |  |

**0,3 cada 0,2 cada 0,2 cada 0,2 cada 0,4 cada**