**TABELA B 1 E B2 – VIVÊNCIA / EXPERIMENTAÇÃO DOS MOVIMENTOS ARTICULARES**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Complexo Articular** | **Movimento Articular** | **Amplitude**  **Máxima Ativa** | **Amplitude Mínima Funcional** | **Atividade** |
| **Ombro** | **Flexão** | 180° | 0­º | **Pentear o cabelo** |
| **Extensão** | 45 – 50° | 0º |
| **Adução** | 30 – 40º | 0º |
| **Abdução** | 180º | 100 – 120º |
| **Rot. medial** | 75 – 80º | 0º |
| **Rot. Lateral** | 60 – 70º | 60 – 90º |
| **Cotovelo** | **Flexão** | 145º | 130 – 145º |
| **Rádio-ulnares** | **Pronação** | 75 – 85º | 50º |
| **Supinação** | 90º | 50º |
| **Punho** | **Flexão** | 65 – 80º | 0º |
| **Extensão** | 55 – 70º | 20 – 30º |
| **Desvio Ulnar** | 30º | 0º |
| **Desvio Radial** | 15º | 10 – 15º |
| **Quadril** | **Flexão** | 120º (joelho fletido)  90º (joelho estendido) | 104º | **Sentar em uma cadeira** |
| **Extensão** | 20° (joelho estendido)  10º (joelho fletido) | 0º |
| **Adução** | 20 – 30º | 0º |
| **Abdução** | 30 – 45º | 24º |
| **Rot.medial** | 30º | 17º |
| **Rot. Lateral** | 60º | 0º |
| **Joelho** | **Flexão** | 130 – 140º | 90º |
| **Rot.medial** | 30º | 0º |
| **Rot. Lateral** | 40º | 0º |
| **Tornozelo** | **Flexão** | 20 – 30º | 10º |
| **Extensão** | 30 – 50º | 0º |
| **Pé** | **Eversão** | 10º | 0º |
| **Inversão** | 20º | 0º |
| **Adução** | 20º | 0º |
| **Abdução** | 10º | 0º |
| **Coluna Lombar** | **Flexão** | 60º | 60º | **Inclinar para frente sem agachar** |
| **Extensão** | 35º | 0º |
| **Rotação** | 5º | 0º |
| **Inclinação** | 20º | 0º |
| **Coluna Torácica** | **Flexão** | 105º | 105º |
| **Extensão** | 60° | 0º |
| **Rotação** | 35º | 0º |
| **Inclinação** | 20º | 0º |
| **Coluna Cervical** | **Flexão** | 80 – 90º | 0º |
| **Extensão** | 70º | 20º |
| **Rotação** | 55 – 90º | 0º |
| **Inclinação** | 20 – 45° | 0º |