

Plano Semanal Fisioterapia

| Dia da semana | Atividades | Objetivos |
|---------------|--|---|
| Terça – Feira | 8h-9h Acamados | - Manter amplitude articular e força muscular. - Prevenir encurtamentos musculares; |
| | 9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia | - Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas. |
| | 13h-13.30h Tratamento Individual | - Manter amplitude articular e força muscular. - Melhorar o equilíbrio; |
| Quarta- Feira | 8h-9h Acamados | - Manter amplitude articular e força muscular; - Prevenir encurtamentos musculares; |
| | 9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia | - Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas. Reduzir as limitações físicas; - Favorecera coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social |
| | 13h-14h Tratamento Individual | - Manter amplitude articular e força muscular; - Melhorar o equilíbrio; |
| Sexta-feira | 8h-9h Acamados | - Manter amplitude articular e força muscular; |
| | 9.30h-12h Tratamento Individual Exercício físico na sala de Fisioterapia | - Tratamento individual de utentes para as suas necessidades específicas; Reduzir as limitações físicas; - Favorecera coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social; |
| | 13h-14h Classe de Movimento | - Reduzir as limitações físicas; - Favorecera coordenação psicomotora; - Evitar o isolamento social; |

Nota: O presente plano está sujeito a alterações ao longo do ano consoante a necessidade.

Mariana Raposo