

ESCOLA \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

PROF: \_\_\_\_\_ TURMA: \_\_\_\_\_

NOME: \_\_\_\_\_

### **Lesões nos músculos e nos tendões**

1) Quando ocorre o estiramento ou a distensão muscular?

R.

2) O que acontece no caso da distensão?

R.

3) O que essas lesões causam?

R.

4) Qual tratamento indicado para esse tipo de lesões?

R.

5) O que é a tendinite?

R.

6) O que a tendinite causa?

R.

7) Como prevenir lesões?

R.