





English/Portuguese Guide 2019 – Sabrina Ormond



Hi, I'm _____, i'm going to examine your medical form, ask you some questions, then conduct a physical exam.

Ola eu sou _____, eu estou indo examinar seu formulário médico, fazer algumas perguntas e, em seguida, realizar um exame físico.

INSTRUCTIONS:

Now, I am going to examine - *Agora vou examinar*

Stand up - *Levante-se*

Sit down - *Sentar-se*

Lie on your back - *Deite de costas*

Lie on your belly - *Deite-se na sua barriga*

Bend your knees - *Dobre seus joelhos*

Relax, please - *Relaxe, por favor*

Raise your arms over your head - *Levante seus braços sobre sua cabeça*

Squat down - *agachar-se*

Point to your pain - *aponte para sua dor*

Turn to your left - *Vire à esquerda*

Turn to your right - *vire a direita*

I'm going to listen to your lungs, take a deep breath: *eu vou ouvir seus pulmões*

I'm going to listen to your heart: *eu vou ouvir seu coração*

QUESTIONS:

Any swelling? *Qualquer inchaço*

Do you have any instability? *Você tem alguma instabilidade?*

Do you have any: *Voce tem algum*

Headaches?: *Dor de cabeça*

Blurry vision? *Visão embaçada*

Nausea? : *Nausea*

Neck pain?: *Dor de pescoço*

Vomiting? *Vomitar*

Dizziness? *Tontura*

Fever? *Febre*

Do you have any injuries? *Você tem algum ferimento?*

ANATOMY/DIAGNOSIS

Tear - *Rasgar*

Strain - *Tensão*

Sprain – *Torci*

Cramp - *Cãibra*

Labrum - *lábrio*

Hip labrum - *labrum do quadril*

English/Portuguese Guide 2019 – Sabrina Ormond



Femoralacetabular impingement - impacto femoroacetabular

Fracture – *Fratura*

Tendon – *Tendão*

Ligament – *Ligamento*

Muscle – *Músculo*

Rotator cuff - *manguito rotador*

Osteoarthritis – *osteoartrite*

Tendinitis - *tendinite*

Meniscus – *menisco*

Frozen shoulder - *ombro congelado*

Adhesive capsulitis – *Capsulite adesiva*

Impingement syndrome - *Síndrome do impacto*

Contusion/bruise – *contusão*

Subluxation - *subluxação*

Dislocation – *luxação*

Joint - *junção*

Cartilage - *cartilagem*

Bone - *osso*

Concussion - *concussão*

Loose body - *corpo solto*

Swelling - *inchaço*

Instability - *instabilidade*

Numbness - *dormência*

Tingling/paresthesias - *formigüeira/ parestesias*

Weakness - *fraqueza*

Bone spur/osteophyte - *Esporão ósseo/ osteófito*

mild, moderate, severe - *Suave/ moderada/ grave*

partial, complete - *Parcial, complete*

sharp, dull - *Afiado or forte or agudo*

You can't return to play/no return to play *Você não pode voltar a jogar*

You can return to play - *Você pode voltar a jogar*

1 um

5 cinco

2 dois

6 seis

3 três

7 sete

4 quatro

8 oito

9 nove

English/Portuguese Guide 2019 – Sabrina Ormond



10 dez

20 vinte

30 trinta

40 quarenta

50 cinquenta

60 sessenta

70 setenta

80 oitenta

90 noventa

100 cem

Days - *dias*

Months - *messes*

Years - *anos*