

## GRILE MASTER KINETOTERAPIE

**Una sau mai multe variante sunt corecte. Alegeti varianta corecta.  
Varianta notata cu \* include mai multe raspunsuri corecte.**

1. Plexul brahial prezinta:\*
  - a. trunchi primar superior
  - b. trunchi primar mijlociu
  - c. trunchi primar posterior
  - d. trunchi primar anterior
  
2. Ramurile terminale ale fasciculului medial al plexului brahial sunt:\*
  - a. nervul ulnar
  - b. nervul median (radacina mediala)
  - c. nervul median (radacina laterala)
  - d. nervul musculocutanat
  
3. Nervul femural inerveaza:\*
  - a. muschiul iliopsoas
  - b. muschii adductori ai coapsei
  - c. muschiul cvadriceps
  - d. muschiul gluteu mare
  
4. Artic. coloanei vertebrale includ:\*
  - a. artic. lombosacrata
  - b. artic. axoidooccipitala
  - c. artic. lamelor vertebrale
  - d. artic.proceselor articulare
  
5. Articulatia sacrococigiana este:
  - a. simfiza
  - b. plana
  - c. trohoida
  - d. in balama
  
6. Muschii spatelui se impart in:\*
  - a. plan II – m.trapez si romboid
  - b. plan I- m. dorsal mare si ridicator al scapului
  - c. plan III- m. erector spinae
  - d. plan V – m. intertransversari
  
7. Artic.umarului nu includ:\*
  - a. artic. glenohumerala
  - b. artic. coxofemurala
  - c. artic.condrocostala
  - d. artic.acromioclaviculara
  
8. Articulatia glenohumerala:
  - a. este o artic. sinoviala semisferoidala
  - b. este o artic. sinoviala biaxiala

- c. este o artic. triaxiala
  - d. nu prezinta mijloace de unire
9. La formarea articulatiei cotului participa:\*
- a. humerus, radius, ulna
  - b. artic.humeroulnara si humeroradiala
  - c. artic. radioulnara distala
  - d. artic. glenohumerala
10. Articulatia radioulnara este:\*
- a. proximala
  - b. distala
  - c. sinoviala
  - d. trohoida
11. Muschii antebratului din regiunea anterioara includ :\*
- a. M.supinator
  - b. M. flexor ulnar al carpului
  - c. M. flexor radial al carpului
  - d. M. brahioradial
12. Artic.mainii si degetelor nu includ:\*
- a. artic. radioulnara proximala
  - b. artic. radiocarpiana
  - c. artic.radiometacarpene
  - d. artic.intercarpiene
13. Artic. carpometacarpiana a policelui este:
- a. sinoviala, selara
  - b. sinoviala, sferoidala
  - c. sinoviala, plana
  - d. sinoviala, trohoida
14. Muschii planului II al spatelui nu includ: \*
- a. muschiul longissimus
  - b. muschiul trapez
  - c. muschiul omohioidian
  - d. muschiul ridicator al scapulei
15. Muschiul trapez este inervat de:\*
- a. nervul accesoriu
  - b. ramuri din plexul cervical
  - c. nervul abducens
  - d. nervul trapez
16. Muschiul dorsal mare actioneaza: \*
- a. ca muschi inspirator
  - b. in adductia bratului
  - c. in abductia bratului
  - d. in rotatia interna a antebratului

17. Muschiul deltoid realizeaza:\*
- proiectie inainte + rotatie interna a bratului
  - proiectie inapoi + rotatie externa a bratului
  - abductia bratului
  - supinatie
18. Muschiul biceps brahial prezinta:
- 2 capete
  - 3 capete
  - 4 capete
  - nici un cap
19. Muschiul coracobrahial:\*
- se insera pe scapula si humerus
  - se insera pe humerus si ulna
  - se insera pe radius
  - se insera pe procesul coracoid
20. Muschiul triceps brahial:\*
- are 3 capete
  - este inervat de nervul radial
  - este extensor al bratului
  - este extensor al antebratului
21. Muschii eminentei tenare includ:\*
- muschi ai policelui
  - muschi ai degetului mic
  - muschiul palmar scurt
  - 4 muschi
22. Muschiul iliopsoas face parte din:
- muschii bazinului
  - muschii coapsei
  - muschii gambei
  - muschii piciorului
23. Muschiul gluteu mare:\*
- este extensor al coapsei
  - este rotator lateral al coapsei
  - este abductor al coapsei
  - este rotator extern al coapsei
24. Muschiul iliac este inervat de:
- ramuri ale plexului brahial
  - ramuri ale plexului cervical
  - ramuri ale plexului lombar
  - ramuri ale plexului sacrat
25. Muschiul cvadriceps femural:\*
- are 4 capete si un tendon terminal
  - are 4 capete si 4 tendoane terminale

- c. este inervat de nervul femural
  - d. este cel mai puternic flexor al gambei
26. Muschii regiunii mediale a coapsei sunt:
- a. abductori
  - b. adductori
  - c. ischiogambieri
  - d. extensori ai gambei
27. Muschii regiunii posterioare a coapsei:\*
- a. sunt biarticulari
  - b. sunt monoarticulari
  - c. sunt semitendinosul, semimembranosul si bicepsul brahial
  - d. participa la extensia coapsei
28. Muschii gambei includ:\*
- a. muschii regiunii anterioare (flexori ai gambei)
  - b. muschii regiunii posterioare (extensori ai gambei)
  - c. muschiul tibial posterior
  - d. muschiul extensor lung al halucelui
29. Muschiul popliteu:
- a. este muschi al gambei- regiunea anterioara
  - b. este muschi al genunchiului- regiunea posterioara
  - c. este muschi al gambei- regiunea posterioara
  - d. este muschi al piciorului
30. Muschii principali ai flexiei genunchiului sunt:
- a. semitendinosul si gracilisul
  - b. semimembranosul si croitorul
  - c. cvadricepsul
  - d. muschii ischiocrurali
31. Stretchingul activ: \*
- a. se efectuează prin mișcare voluntară spre amplitudine maximă
  - b. în poziția maximă se menține 10-15secunde
  - c. este pasiv
32. Stretchingul static
- a.este pasiv
  - b.este activ
  - c.crește tonusul muscular
33. Stretchingul izometric: \*
- a.este o combinatie de stretching pasiv și contracție izometrică
  - b.se execută odată pe zi, la interval de 36ore
  - c.nu este urmat de relaxare
- 34.Stretchingul balistic este:
- a. activ
  - b. se realizează prin mișcări lente

- c. este menținut 10-15secunde
35. Controlul muscular reprezintă :
- a. abilitatea de activa un grup limitat de unități motorii ale unui singur mușchi, fără inhibiția celorlalți mușchi
  - b. nu presupune orientarea spre o anumită activitate
  - c. este rezultatul activării unor scheme de contracții ale unor mușchi cu forțe apropiate
36. Echilibrul corpului este: \*
- a. o componentă a controlului motor
  - b. reprezintă abilitatea de a menține sau a mobiliza corpul fără ca acesta să cadă
  - c. are numai componentă senzitivo-senzorială
37. Elementele de facilitare utilizate în tehnicile de facilitare neuroproprioceptivă sunt: \*
- a. rezistența maximă
  - b. stretchingul
  - c. comunicarea și comenzile verbale
38. Inversarea lentă și inversarea lentă cu opunere sunt:
- a. tehnici de facilitare neuroproprioceptivă cu caracter general
  - b. tehnici de facilitare neuroproprioceptivă cu caracter specific
  - c. se adresează numai musculaturii agoniste
39. Secvențialitatea pentru întărire este: \*
- a. o tehnică de facilitare neuroproprioceptivă cu caracter general
  - b. întărește musculatura la nivelul punctului în care musculatura este puternică
  - c. presupune numai contracție izotona
40. Tehnica hold –relax este: \*
- a. o tehnică inițiată cu izometrie pe antagoniști
  - b. promovează mobilitatea
  - c. nu presupune mișcare activă
41. Inițierea ritmică este: \*
- a. o tehnică de facilitare neuroproprioceptivă
  - b. o tehnică de creștere a mobilității
  - c. se folosește pentru reeducarea sensibilității
42. Metoda Kabat: \*
- a. este o metodă bazată pe facilitare, care impune existența unui stimul subliminal, care poate fi întărit;
  - b. se bazează pe promovarea unor scheme de mișcare globale pentru membrul superior și inferior realizate cu efort a cărui intensitate crește progresiv;
  - c. nu folosește stretchingul ca element de facilitare
43. Mișcarea activă cu relaxare opunere: \*
- a. constă în realizarea unei contracții izometrice pe zona medie a mișcării;
  - b. se aplică numai pe agoniști;
  - c. când izometria din zona medie a mișcării este maximă se solicită relaxare bruscă și pasiv se execută întinderi rapide.

44. Una din diagonalele Kabat de flexie a membrului superior are ca poziție de start:
- membrul superior în abducție, rotație internă, mâna în pronație, extensie, degetele în extensie, policele în extensie și abducție;
  - membrul superior în abducție, rotație externă cu mâna în supinație;
  - membrul superior în adducție, rotație internă, mâna în extensie.
45. Una din diagonalele Kabat de extensie pentru membrul inferior are următoarea poziție de start:
- adducție cu rotație externă coapsă și flexie dorsală cu supinație picior;
  - adducție cu rotație internă coapsă și flexie plantară picior;
  - abducție coapsă cu rotație externă, flexie dorsală picior.
46. Obiectivele recuperării umărului posttraumatic sunt: \*
- refacerea mobilității
  - refacerea forței musculare
  - refacerea sensibilității
47. Refacerea forței musculare la nivelul umărului beneficiază de: \*
- exerciții izometrice care încep de la nivelul umărului
  - exerciții izometrice care încep de la extremitatea distală spre umăr
  - exerciții cu rezistență
48. Prima etapă în reluarea mersului este:
- mers cu sprijin pe membrul inferior afectat
  - mers fără sprijin pe membrul inferior afectat
  - mers cu încărcare pe membrul inferior afectat
49. Mersul cu încărcare pe membrul inferior afectat se face astfel:
- se începe cu procent de încărcare de 8-10% din greutatea corpului
  - se începe cu procent de 50% din greutatea corpului
  - reprezintă prima etapă în recuperarea mersului
50. Mersul cu baston: \*
- începe la o încărcare de 50% din greutatea corpului
  - bastonul se ține în mâna opusă membrului inferior afectat și se deplasează odată cu acesta
  - bastonul se ține în mâna situată de aceeași parte cu membrul inferior afectat
51. Recuperarea în sindromul motor din neuropatiile periferice are următoarele obiective: \*
- combaterea apariției atitudinilor vicioase
  - promovarea mobilității prin contracții izometrice
  - combaterea atrofiei musculare
52. Creșterea funcției fibrelor musculare sănătoase în neuropatiile periferice se obține prin: \*
- stimulare electrică
  - mobilizări pasive și pasivo-active
  - stimulare cu stimul dureros
53. Atitudinile vicioase din neuropatiile periferice se caracterizează prin: \*
- sunt rezultate ale dezechilibrelor musculare

- b. necesită ortezare
  - c. nu permit masajul
54. Recuperarea senzitivă în sindromul de neuron motor periferic presupune: \*
- a. nu este un aspect indispensabil procesului de recuperare
  - b. începe cu refacerea stereognoziei
  - c. se începe cu utilizarea unor obiecte de dimensiuni mari și apoi mai mici
55. Componentele motorii ale echilibrului
- a. sunt reflexele vestibulare și aferențele vizuale
  - b. reflexele vestibulare, răspunsurile posturale automate, răspunsurile posturale anticipatorii și mișcările posturale voluntare
  - c. aferențele vizuale
56. În recuperarea post-accidente vasculare cerebrale se folosesc: \*
- a. tehnici kinetice de tipul posturărilor
  - b. tehnici de relaxare musculară
  - c. tehnica de relaxare generală Jacobson
57. În hemiplegia spastică mobilizările pasive respectă următoarele reguli: \*
- a. se realizează sub controlul vizual al pacientului
  - b. evitarea unei suprafețe de contact mari între priza kinetică și musculatură spastică
  - c. evitarea apariției durerii
58. Obiectivele recuperării în sechelele post-accidente vasculare cerebrale sunt: \*
- a. combaterea spasticității
  - b. reluarea mersului
  - c. menținerea mobilității
59. Combaterea spasticității se realizează prin: \*
- a. stretching rapid
  - b. stretching lent menținut
  - c. posturare
60. Reluarea mersului după accidentele vasculare cerebrale parcurge următoarele etape, în ordine:
- a. refacerea mersului independent, refacerea echilibrului, refacerea ortostatismului
  - b. etapa de pregătire (relaxare, menținerea troficității și mobilității), refacerea echilibrului, refacerea ortostatismului, reluarea mersului cu asistență kinetică sau mijloace assistive, reluarea mersului independent
  - c. nu necesită echilibru