

K U J A L A

Para cada pregunta, envuelva con un círculo la respuesta (letra) adecuada a los síntomas de la rodilla.

1. ¿Tiene usted cojera al caminar?

- A No.**
- B Leve o periódica.**
- C Constante.**

2. ¿Puede soportar el peso del cuerpo al estar en pie?

- A Sí, sin dolor.**
- B Sí, con dolor.**
- C No, es imposible.**

3. Podría caminar:

- A Una distancia ilimitada.**
- B Más de 2 km.**
- C Entre 1- 2 km.**
- D Usted no puede caminar**

4. ¿Podría subir y bajar escaleras?

- A Sin dificultad.**
- B Dolor leve al bajar las escaleras.**
- C Dolor leve al subir las escaleras.**
- D Dolor tanto al subir como al bajar.**
- E No puede.**

5. Al ponerse en cuclillas:

- A No tiene problemas.**
- B Al realizar cuclillas repetidas veces es doloroso.**
- C Tiene dolor cada vez que se pone en cuclillas.**
- D Puede hacerlo si se apoya.**
- E No puede hacerlas.**

6. Podría correr:

- A Sin ninguna dificultad.**
- B Siente dolor después de correr más de 2 km.**
- C Siente dolor leve desde el principio.**
- D Siente dolor severo.**
- E No puede correr.**

7. ¿Podría saltar?

- A Sin dificultad.**
- B Con ligera dificultad.**
- C Con dolor constante.**
- D No puede.**

8. ¿Puede permanecer sentado con las rodillas dobladas?

- A Sin dificultad.**
- B Siente dolor al sentarse sólo después de hacer ejercicio.**
- C Siente dolor constante.**
- D Siente un dolor que le obliga a extender las rodillas.**
- E No puede.**

9. ¿Siente dolor en la rodilla?

- A No.**
- B Sí, leve y ocasional.**
- C Sí, el dolor interfiere con el sueño.**
- D Sí, en ocasiones severo.**
- E Sí, constante y severo.**

10. ¿Tiene hinchazón en la rodilla?

- A No.**
- B Sólo después de un esfuerzo intenso.**
- C Sólo después de las actividades cotidianas.**
- D Todas las noches.**
- E Constantemente.**

11. ¿Su rótula se mueve anormalmente o es dolorosa? (Subluxaciones rotulianas):

- A Nunca**
- B De vez en cuando en las actividades deportivas.**
- C De vez en cuando en las actividades diarias.**
- D He tenido al menos una dislocación después de la cirugía.**
- E He tenido más de 2 dislocaciones.**

12. ¿Ha perdido masa muscular (atrofia) del muslo?

- A No.**
- B Un poco.**
- C Mucha.**

13. ¿Tiene dificultad para doblar la rodilla afectada?

- A Ninguna.**
- B Un poco.**
- C Mucha.**