

Nombre: _____ Fecha: _____ Visit: _____ EPS: _____
For office use only For office use only

Instrucciones: Responda a **todas las preguntas**, señalando en cada una sólo aquella respuesta que más se aproxime a su caso. Aunque usted piense que más de una respuesta se puede aplicar a su caso, **marque sólo aquella que describa MEJOR su problema.**

➤ Sección 1 – Intensidad de dolor	
0	El dolor va y viene y es muy leve.
1	El dolor es leve y no varía mucho.
2	El dolor va y viene y es moderado.
3	El dolor es moderado y no varía mucho.
4	El dolor va y viene y es muy severo.
5	El dolor es muy severo y no varía mucho.

➤ Sección 2 – Al Dormir	
0	No tengo dolor cuando estoy acostado.
1	Tengo dolor cuando estoy acostado pero no evita que duerma bien.
2	Debido al dolor, mi sueño normal se ha reducido menos del 25%.
3	Debido al dolor, mi sueño normal se ha reducido menos del 50%.
4	Debido al dolor, mi sueño normal se ha reducido menos del 75%.
5	El dolor no me deja dormir.

➤ Sección 3 – Al Sentarse	
0	Puedo sentarme en cualquier silla por tanto tiempo como quiera.
1	Puedo sentarme solamente en mi silla favorita por tanto tiempo como quiera.
2	El dolor no me permite sentarme por más de una hora.
3	El dolor no me permite sentarme por más de media hora.
4	El dolor no me permite sentarme por más de 10 minutos.
5	Evito sentarme porque éste aumenta el dolor inmediatamente.

➤ Sección 4 – Al Estar De Pie	
0	Puedo estar parado por tanto tiempo como quiera sin dolor.
1	Tengo algún dolor mientras que estoy parado pero el dolor no aumenta con el tiempo.
2	No puedo estar parado por más de una hora sin que el dolor aumente.
3	No puedo estar parado por más de media hora sin que el dolor aumente.
4	No puedo estar parado por más de 10 minutos sin que el dolor aumente.
5	Evito estar parado porque éste incrementa el dolor inmediatamente.

➤ Sección 5 – Al Caminar	
0	No tengo dolor mientras que camino.
1	Tengo algún dolor mientras que camino pero el dolor no aumenta con la distancia.
2	No puedo caminar más de una milla sin que el dolor aumente.
3	No puedo caminar más de media milla sin que el dolor aumente.
4	No puedo caminar más de un cuarto de milla sin que el dolor aumente.
5	No puedo caminar sin que el dolor aumente.

➤ Sección 6 – Cuidados personales (lavarse, vestirse, etc.)	
0	No tengo que cambiar mi manera de bañarme o vestirme para evitar el dolor.
1	No he cambiado mi manera de bañarme o vestirme aunque esto causa algo de dolor.
2	El bañarse o vestirse incrementa el dolor pero no he cambiado mi manera de hacerlo.
3	El bañarse o vestirse incrementa el dolor pero me ha sido necesario cambiar mi manera de hacerlo.
4	Debido al dolor, no puedo hacer alguna parte de mi baño o vestido sin ayuda.
5	Debido al dolor, no puedo bañarme o vestirme sin ayuda.

➤ Sección 7 – Levantar Objetos	
0	Puedo levantar objetos pesados sin que cause más dolor.
1	Puedo levantar objetos pesados pero esto causa más dolor.
2	El dolor no me permite levantar objetos pesados del piso.
3	El dolor no me permite levantar objetos pesados del piso, pero puedo levantarlos si son convenientemente colocados (por ejemplo, en una mesa).
4	El dolor no me permite levantar objetos pesados del piso, pero puedo levantar objetos livianos o medianamente pesados si son colocados convenientemente.
5	Puedo levantar solamente objetos muy ligeros.

➤ Section 8 – Al Viajar	
0	No tengo dolor al viajar.
1	Tengo algo de dolor al viajar pero ninguna de mis maneras habituales de viajar empeoran el dolor.
2	Tengo más dolor al viajar pero esto no me obliga a buscar otras formas de viajar.
3	Tengo más dolor al viajar lo que me obliga a buscar otras formas de viajar.
4	El dolor ha restringido todas las formas de viaje excepto cuando voy acostado.
5	El dolor ha restringido todas las formas de viaje.

➤ Sección 9 – Vida Social	
0	Mi vida social es normal y no me causa más dolor.
1	Mi vida social es normal pero aumenta el dolor.
2	El dolor no ha tenido un efecto significativo en mi vida social aparte de limitar mis intereses más enérgicos (por ejemplo, bailar, etc.).
3	El dolor ha restringido mi vida social y no salgo muy frecuentemente.
4	El dolor ha restringido mi vida social a mi casa.
5	Difícilmente tengo alguna vida social debido al dolor.

➤ Sección 10 – Cambio en el Grado de Dolor	
0	Mi dolor esta mejorando rápidamente.
1	Mi dolor fluctúa pero está mejorando definitivamente.
2	Mi dolor parece estar mejorando pero la mejoría es lenta.
3	Mi dolor no está ni mejorando ni empeorando.
4	Mi dolor está empeorando gradualmente.
5	Mi dolor está empeorando rápidamente.

TOTAL: _____
For office use only