

CUESTIONARIO IKDC 2000

Síntomas

Base sus respuestas en el nivel más alto de actividad que cree que es capaz de desarrollar sin tener síntomas significativos, incluso aunque en la actualidad no desarrolle esas actividades.

1. ¿Cuál es el nivel más alto de actividad que puede realizar sin sentir dolor en la rodilla?

- A Actividades muy agotadoras, como saltar o girar, como en el juego de baloncesto o fútbol.**
- B Actividades agotadoras, como trabajo físico pesado, esquiar o jugar al tenis.**
- C Actividades moderadas, como trabajo físico moderado correr o hacer jogging.**
- D Actividades ligeras, como caminar, hacer trabajos en la casa o en el patio (jardín).**
- E No puedo hacer ninguna de las actividades indicadas arriba debido al dolor.**

2. Durante las últimas 4 semanas o desde que se produjo su lesión, ¿con cuánta frecuencia ha tenido usted dolor?

Nunca=0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Constantemente=10

3. Marque la intensidad del dolor en la casilla correspondiente.

Ningún dolor=0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 El peor dolor imaginable=10

4. Durante las últimas 4 semanas, o desde que se produjo su lesión, ¿cómo de rígida o hinchada estaba su rodilla?

- A Nada**
- B Poco**
- C Moderadamente**
- D Mucho**
- E Muchísimo**

5. ¿Cuál es el nivel más alto de actividad que puede realizar sin que la rodilla se hinche de forma considerable?

- A Actividades muy agotadoras, como saltar o girar, como en el juego de baloncesto o fútbol.**
- B Actividades agotadoras, como trabajo físico pesado, esquiar o jugar al tenis.**
- C Actividades moderadas, como trabajo físico moderado correr o hacer jogging.**
- D Actividades ligeras, como caminar, hacer trabajos en la casa o en el patio (jardín).**
- E No puedo hacer ninguna de las actividades indicadas arriba debido a la hinchazón de la rodilla.**

6. Durante las últimas 4 semanas, o desde que tuvo la lesión, ¿se le ha bloqueado o se le ha trabado temporalmente la rodilla?

- A Sí**
- B No**

7. ¿Cuál es el nivel más alto de actividad que puede hacer sin que la rodilla le falle?

- A Actividades muy agotadoras, como saltar o girar, como en el juego de baloncesto o fútbol.**
- B Actividades agotadoras, como trabajo físico pesado, esquiar o jugar al tenis.**
- C Actividades moderadas, como trabajo físico moderado correr o hacer jogging.**
- D Actividades ligeras, como caminar, hacer trabajos en la casa o en el patio (jardín).**
- E No puedo hacer ninguna de las actividades indicadas arriba debido a que la rodilla me falla.**

ACTIVIDADES DEPORTIVAS

8. ¿Cuál es el nivel más alto de actividad que puede efectuar de forma habitual?

- A Actividades muy agotadoras, como saltar o girar, como en el juego de baloncesto o fútbol.**
- B Actividades agotadoras, como trabajo físico pesado, esquiar o jugar al tenis.**
- C Actividades moderadas, como trabajo físico moderado correr o hacer jogging.**
- D Actividades ligeras, como caminar, hacer trabajos en la casa o en el patio (jardín).**
- E No puedo hacer ninguna de las actividades indicadas arriba, a causa de la rodilla.**

9. Debido a su rodilla, ¿qué nivel de dificultad tiene usted para?:

a. Subir escaleras.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

b. Bajar escaleras.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

c. Arrodillarse sobre la parte delantera de la rodilla.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

d. Ponerse en cuclillas.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

e. Sentarse con la rodilla doblada.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

f. Levantarse de una silla.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

g. Correr hacia delante en dirección recta.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

h. Saltar y caer sobre la pierna afectada.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

i. Parar y comenzar rápidamente a caminar o correr.

A Ninguna dificultad

B Dificultad mínima

C Dificultad moderada

D Sumamente difícil

E No puedo hacerlo

FUNCIONAMIENTO

10. ¿Cómo calificaría usted el funcionamiento de su rodilla, usando una escala de 0 a 10, dónde 10 es funcionamiento normal y excelente, y 0 la incapacidad de realizar cualquiera de sus actividades diarias usuales, que podrían incluir deportes?

FUNCIONAMIENTO ANTES DE QUE TUVIERA LA LESIÓN EN LA RODILLA

Rendimiento nulo=0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Rendimiento óptimo=10

FUNCIONAMIENTO ACTUAL DE LA RODILLA

Rendimiento nulo=0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 Rendimiento óptimo=10

CÁLCULO DE LOS RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN SUBJETIVA DE LA RODILLA

- Asociar una cifra a cada respuesta (la cifra más baja para el rendimiento más bajo o los síntomas más intensos).
- Calcular el total neto sumando todos los puntos, excepto la pregunta nº 10 acerca del funcionamiento de la rodilla antes de la lesión.
- Aplicar la fórmula siguiente:

RESULTADO DE IKDC= (Total neto-cifra más baja)/(número de resultados posibles) x 100