

Roxeli M^a Prado de Oliveira 31/5/2019

Joelto
(E)

BRAZILIAN PORTUGUESE VERSIONS OF THE INSTRUMENTS

ESCALA PARA DOR ANTERIOR DO JOELHO (EDAJ - AKPS)

Em cada questão, circule a letra que melhor descreve os atuais sintomas relacionados ao seu joelho.

83

1. Você caminha mancando?

- ☒ a. Não 5
- b. Levemente ou de vez em quando
- c. Constantemente

2. O seu joelho suporta o seu peso?

- ☒ a. Apóio totalmente, sem dor 5
- b. Apóio, mas sinto dor
- c. É impossível suportar o peso

3. Ao caminhar

- ☒ a. Não tenho limites para caminhar 5
- b. Caminho mais que 2 km
- c. Caminho entre 1 e 2 km
- d. Não consigo

4. Ao subir / descer escadas

- ☒ a. Não tenho dificuldade (Incomoda os escalas) 10
- b. Sinto um pouco de dor ao descer
- c. Sinto dor ao descer e ao subir
- d. Não consigo

5. Ao agachar

- ☒ a. Não tenho dificuldade
- ☒ b. Sinto dor após agachamentos repetidos 4
- c. Sinto dor a cada agachamento
- d. Somente agacho com diminuição de meu peso (me apoiando)
- e. Não consigo

6. Ao correr

- a. Não tenho dificuldade
- ☒ b. Sinto dor após correr mais do que 2 km 8
- c. Sinto dor leve desde o começo
- d. Sinto dor intensa
- e. Não consigo

7. Ao pular/saltar

- a. Não tenho dificuldade
- ☒ b. Tenho um pouco de dificuldade 7
- c. Sinto dor constante
- d. Não consigo

8. Ao sentar com os joelhos flexionados/dobrados por período prolongado

- ☒ a. Não tenho dificuldade 10
- b. Sinto dor para me manter sentado após ter realizado exercícios
- c. Sinto dor constante
- d. A dor faz com que necessite estender (esticar) os joelhos de tempos em tempos
- e. Não consigo

9. Dor

- a. Nenhuma
- ☒ b. Leve e ocasional 8
- c. A dor atrapalha o sono
- d. De vez em quando é intensa
- e. Constante e intensa

10. Inchaço (edema)

- ☒ a. Nenhum 10
- b. Após esforço intenso
- c. Após atividades diárias
- d. Toda noite
- e. Constante

11. Movimentos anormais (subluxação) e doloridos da rótula (patela)

- a. Não ocorre
- ☒ b. Ocorre ocasionalmente durante atividades esportivas 6
- c. Ocorre ocasionalmente durante atividades diárias
- d. Já tive pelo menos um deslocamento
- e. Já tive mais que dois deslocamentos

12. Atrofia da coxa (tamanho da coxa) ?

- a. Nenhuma alteração do tamanho da coxa
- b. Leve alteração do tamanho da coxa 0
- ☒ c. Severa alteração do tamanho da coxa

13. Sente dificuldade para flexionar/dobrar o joelho?

- ☒ a. Nenhuma 5
- b. Leve
- c. Muita