

Nome: Victor A. Fernandes

Data: 29/04/19

International Knee Documentation Committee Subjective Knee Form – IKDC

SINTOMAS

23

1. Qual é o mais alto nível de atividade física que você pode realizar sem sentir dor significativa no joelho?

(4)

☒ Atividade muito vigorosa (como saltar ou girar o tronco como no basquete ou futebol)

(3)

☐ Atividade vigorosa (como realizar exercícios físicos intensos como surfe, jogar vôlei ou tênis)

(2)

☐ Atividade moderada (como realizar exercícios físicos moderados na academia, correr ou trotar)

(1)

☐ Atividade leve (como andar, realizar trabalhos domésticos ou jardinagem)

(0)

☒ Incapaz de realizar qualquer uma das atividades acima em virtude da dor no joelho

0

2. Desde sua lesão ou durante as últimas quatro semanas, com que frequência você tem sentido dor?

Nunca 

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
							X			

 Constantemente

7

3. Se você tiver dor, qual a intensidade?

Sem dor 

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
					X					

 Pior dor imaginável

5

4. Desde a sua lesão ou durante as quatro últimas semanas quão rígido ou inchado esteve seu joelho?

- (4)  
(3)  
(2)  
(1)  
(0)
- ☐ Nem um pouco  
☐ Pouco  
☐ Moderado  
☒ Muito  
☐ Extremamente

1

5. Qual é o mais alto nível de atividade física que você pode realizar sem que cause inchaço significativo no joelho?

- ☐ Atividade muito vigorosa (como saltar ou girar o tronco como no basquete ou futebol)  
☐ Atividade vigorosa (como realizar exercícios físicos intensos como surfe, jogar vôlei ou tênis)  
☐ Atividade moderada (como realizar exercícios físicos moderados na academia, correr ou trotar)  
☐ Atividade leve (como andar, realizar trabalhos domésticos ou jardinagem)  
☒ Incapaz de realizar qualquer uma das atividades acima em virtude do inchaço no joelho

0

6. Desde a sua lesão ou durante as últimas quatro semanas seu joelho já travou?

☒ Sim (1) ☐ Não (0)

(1)

7. Qual é o mais alto nível de atividade física que você pode realizar sem falseio significativo no joelho?

4

☐ Atividade muito vigorosa (como saltar ou girar o tronco como no basquete ou futebol)

3

☐ Atividade vigorosa (como realizar exercícios físicos intensos como surfe, jogar vôlei ou tênis)

2

☐ Atividade moderada (como realizar exercícios físicos moderados na academia, correr ou trotar)

1

☐ Atividade leve (como andar, realizar trabalhos domésticos ou jardinagem)

0

☒ Incapaz de realizar qualquer uma das atividades acima em virtude do falseio no joelho

(0)

### ATIVIDADES ESPORTIVAS

8. Qual é o mais alto nível de atividade física que você pode participar de forma regular?

4

☐ Atividade muito vigorosa (como saltar ou girar o tronco como no basquete ou futebol)

3

☐ Atividade vigorosa (como realizar exercícios físicos intensos como surfe, jogar vôlei ou tênis)

2

☐ Atividade moderada (como realizar exercícios físicos moderados na academia, correr ou trotar)

1

☐ Atividade leve (como andar, realizar trabalhos domésticos ou jardinagem)

0

☒ Incapaz de realizar qualquer uma das atividades acima em virtude do joelho

(0)

9. Quanto o seu joelho afeta a sua habilidade de:

4

3

2

1

0

		Sem Dificuldade	Fácil	Moderado	Difícil	Incapaz
a	Subir escadas				X	X
b	Descer escadas				X	X
c	Ajoelhar de frente					X
d	Agachar					X
e	Sentar com os joelhos dobrados					X
f	Levantar-se de uma cadeira					X
g	Correr para frente					X
h	Saltar e aterrissar com a perna lesionada					X
i	Frear e acelerar rapidamente					X

(0)

FUNÇÃO

10. Em uma escala de 0 a 10 (sendo 10 normal e 0 incapaz de realizar suas atividades diárias), como você avaliaria o seu joelho?

Funcionalidade anterior a lesão no joelho:

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Não consegue executar nenhuma atividade da vida diária											X	Sem limitações nas atividades da vida diária

10

Funcionalidade atual do joelho:

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Não consegue executar nenhuma atividade da vida diária	X											Sem limitações nas atividades da vida diária

0