

> 90

♀ (86.2)

✓

06/10/05

International Knee Documentation Committee Subjective Knee Form – IKDC

Ana Ruza Machado

SINTOMAS

(59)

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

feminino
782,8

masculino
786,2

(790 RTP)

(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)

(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

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

2

Nunca

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

 Constantemente

3. Se você tiver dor, qual a intensidade?

2

Sem dor

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

 Pior dor imaginável

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

3

☐ Nem um pouco
☒ Pouco
☐ Moderado
☐ Muito
☐ Extremamente

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

2

☐ 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

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

☐

Sim

☒

Não

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

ATIVIDADES ESPORTIVAS

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

☐

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 joelho

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				
b	Descer escadas	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		

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:

10

Não consegue executar
nenhuma atividade da vida
diária

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Sem limitações nas
atividades da vida
diária

Funcionalidade atual do joelho:

7

Não consegue executar
nenhuma atividade da vida
diária

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Sem limitações nas
atividades da vida
diária