



## CUESTIONARIO WOMAC

Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index

Las siguientes preguntas tratan sobre cuánto DOLOR siente usted en las caderas y/o rodillas como consecuencia de su artrosis. Para cada situación indique cuánto DOLOR ha notado en los últimos 2 días:

A	¿CUÁNTO DOLOR TIENE...	NINGUNO	POCO	BASTANTE	MUCHO	MUCHÍSIMO
1	...al andar por un terreno llano?	0	1	2	3	4
2	...al subir o bajar escaleras?	0	1	2	3	4
3	...por la noche en la cama?	0	1	2	3	4
4	...alestar sentado o tumbado?	0	1	2	3	4
5	...al estar de pie?	0	1	2	3	4

Las siguientes preguntas sirven para conocer cuánta RIGIDEZ (no dolor) ha notado en sus caderas y/o rodillas en los últimos 2 días. RIGIDEZ es una sensación de dificultad inicial para mover con facilidad las articulaciones.

B	¿CUÁNTA RIGIDEZ NOTA...	NINGUNO	POCO	BASTANTE	MUCHO	MUCHÍSIMO
6	...después de despertarse por la mañana?	0	1	2	3	4
7	durante el resto del día después de estar tumbado, sentado o descansando?	0	1	2	3	4

Las siguientes preguntas sirven para conocer su CAPACIDAD FUNCIONAL. Es decir, su capacidad para moverse, desplazarse o cuidar de sí mismo. Indique cuánta dificultad ha notado en los últimos 2 días al realizar cada una de las siguientes actividades, como consecuencia de su artrosis de caderas y/o rodillas

C	¿CUÁNTA RIGIDEZ NOTA AL...	NINGUNO	POCO	BASTANTE	MUCHO	MUCHÍSIMO
8	...bajar escaleras?	0	1	2	3	4
9	...subir escaleras?	0	1	2	3	4
10	...levantarse después de estar sentado?	0	1	2	3	4
11	...estar de pie?	0	1	2	3	4
12	...agacharse para coger algo del suelo?	0	1	2	3	4
13	...andar por un terreno llano?	0	1	2	3	4
14	...entrar y salir de un coche?	0	1	2	3	4
15	...ir de compras?	0	1	2	3	4
16	...ponerse las medias o los calcetines?	0	1	2	3	4
17	...levantarse de la cama?	0	1	2	3	4
18	...quitarse las medias o los calcetines?	0	1	2	3	4
19	...estar tumbado en la cama?	0	1	2	3	4
20	...entrar y salir de la ducha o bañera?	0	1	2	3	4
21	...estar sentado?	0	1	2	3	4
22	...sentarse o levantarse al retrete?	0	1	2	3	4
23	...hacer tareas domésticas pesadas?	0	1	2	3	4
24	...hacer tareas domésticas ligeras?	0	1	2	3	4

WOMAC Dolor  
WOMAC Rigidez  
WOMAC Capacidad funcional:  
WOMAC TOTAL: