



VISA-P-SP

Nombre: _____

Fecha: _____

Este es un cuestionario para la valoración de la gravedad de los síntomas en individuos con tendinopatía rotuliana. El término “dolor” en el cuestionario hace referencia a la zona específica del tendón rotuliano. Para indicar su intensidad de dolor, por favor, marque de 0 a 10 en la escala teniendo en cuenta que:

0= ausencia de dolor 10= máximo dolor que imagina

1 ¿Durante cuántos minutos puede estar sentado sin dolor? Puntos

0-15 min	15- 30 min	30-60 min	60- 90 min	90-120 min	>120 min	
0	2	4	6	8	10	

2 ¿Le duele al bajar escaleras con paso normal? Puntos

Sin dolor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Dolor muy intenso	
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		

3 ¿Le duele la rodilla al extenderla completamente sin apoyar el pie en el suelo? Puntos

Sin dolor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Dolor muy intenso	
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		

4 ¿Tiene dolor en la rodilla al realizar un gesto de “zancada” (flexión de rodilla tras un movimiento amplio hacia delante con carga completa del paso corporal sobre la pierna adelantada)? Puntos

Sin dolor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Dolor muy intenso	
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		

5 ¿Tiene problemas para ponerse en cuclillas? Puntos

Sin dolor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Dolor muy intenso	
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		

6 ¿Le duele al hacer 10 saltos seguidos sobre la pierna afectada o inmediatamente después de hacerlo? Puntos

Sin dolor	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Dolor muy intenso	
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0		



7 ¿Practica algún deporte o actividad física en la actualidad? Puntos

- 0 No, en absoluto
- 4 Entrenamiento modificado y/o competición modificada
- 7 Entrenamiento completo y/o competición, pero a menor nivel que cuando empezaron los síntomas
- 10 Competición al mismo nivel o mayor que cuando empezaron los síntomas

8 Por favor, conteste A, B o C en esta pregunta según el estado actual de tu lesión:

- Si no tiene dolor al realizar deporte, por favor, conteste sólo a la pregunta 8A
- Si tiene dolor mientras realiza el deporte pero éste no le impide completar la actividad, por favor, conteste únicamente la pregunta 8B
- Si tiene dolor en la rodilla y éste le impide realizar deporte, por favor, conteste solamente la pregunta 8C

8A Si no tiene dolor mientras realiza deporte ¿cuánto tiempo puede estar entrenando o practicando? Puntos

0-20 min	20-40 min	40-60 min	60-90 min	>90 min
6	12	18	24	30

8B Si tiene cierto dolor mientras realiza deporte pero éste no obliga a interrumpir el entrenamiento o la actividad física, ¿cuánto tiempo puede estar entrenando o haciendo deporte? Puntos

0-15 min	15-30 min	30-45 min	45-60 min	>60 min
0	5	10	15	20

8C Si tiene dolor que le obliga a detener el entrenamiento o práctica deportiva, ¿cuánto tiempo puede aguantar haciendo el deporte o la actividad física? Puntos

Nada	0-10 min	10-20 min	20-30 min	>30 min
0	2	5	7	10

Puntuación total:

/100