EUROPEAN FOOT AND ANKLE SOCIETY (EFAS – Sociedade Europeia do Pé e Tornozelo)

www.efas.net

Tabela EFAS

Abaixo vai encontrar 6 perguntas relacionadas com o seu problema do tornozelo e/ou do pé.

Responda, sff, a cada questão escolhendo a hipótese que descreva melhor a sua situação na última semana. Cada pergunta pode ser respondida numa escala de 0 a 4 (existe uma descrição das situações extremas).

Se a pergunta não se aplicar à sua situação, assinale, por favor, N/A na caixa à esquerda.

Perguntas

Nº	Pergunta	Resposta
1 N/A ◯	Tem dores no pé e/ou tornozelo quando está em repouso?	Sempre 0 1 2 3 Nunca 4
2 N/A ◯	Que distância consegue andar antes de sentir dores no pé e/ou tornozelo?	Impossível 0 1 2 3 Sem limitações 4
3 N/A ◯	Quanto é que a marcha (a maneira como caminha) mudou por causa do seu problema no pé e/ou tornozelo?	Mudança extrema da marcha 0 1 2 3 Sem mudança 4
4 N/A ◯	Tem dificuldade em andar em superfícies irregulares?	Sempre 0 1 2 3 Nunca 4
5 N/A ◯	Tem dores no pé e/ou tornozelo quando caminha?	Sempre 0 1 2 3 Nunca 4
6 N/A ◯	Com que frequência tem dores no pé e/ou tornozelo durante a atividade física?	Sempre 0 1 2 3 Nunca 4

Concluiu o questionário. Obrigado pela colaboração!

Perguntas relacionadas com desporto

Só responda a estas perguntas se fizer atividades desportivas regularmente, se uma pergunta específica não se aplicar à sua modalidade desportiva, assinale, sff, N/A na caixa respetiva

Nº	Pergunta	Resposta
S1 N/A ◯	Consegue correr com intensidade?	Impossível 0 1 2 3 Sem limitações 4
S2 N/A ◯	Consegue correr descontraidamente (jogging)?	Impossível 0 1 2 3 Sem limitações 4
S3 N/A ◯	Sente problemas ao aterrar após um salto?	Impossível 0 1 2 3 Sem limitações 4
S4 N/A ◯	Encontra-se em condições para praticar o seu desporto com a sua técnica habitual?	Impossível 0 1 2 3 Sem limitações 4