

Indice De Movilidad Del Embarazo

Estamos interesados en saber si usted está teniendo alguna dificultad en lo absoluto con las actividades que se mencionan a continuación debido a su problema y por las cuales usted esta buscando actualmente atención. Por favor de proveer una respuesta por cada actividad.

Hoy tiene usted o tendría alguna dificultad en lo absoluto con: (circule un número en cada línea)

	Sin problemas para realizar esta actividad.	Algun esfuerzo en la realización de esta actividad.	Mucho esfuerzo en la realización de esta actividad.	Realizar esta actividad es imposible o sólo posible con la ayuda con la ayuda de otros.
Movilidad Diaria en la Casa				
1. Al levantarse de una silla dura.	0	1	2	3
2. Al levantarse de una silla blandita.	0	1	2	3
3. Al pararse de la cama.	0	1	2	3
4. Al recoger cosas del suelo.	0	1	2	3
5. Al ponerse los zapatos.	0	1	2	3
6. Al voltearse en la cama.	0	1	2	3
7. Al levantarse del suelo.	0	1	2	3
8. Al aspirar.	0	1	2	3
9. Al lavar ropa.	0	1	2	3
10. Al colgar la ropa para que se seque.	0	1	2	3
11. Al trabajar de rodillas.	0	1	2	3
12. Al sentarse o ponerse en cuclillas.	0	1	2	3
13. Al trabajar de pie.	0	1	2	3
14. Al levantar 10 libras (5 kilogramos).	0	1	2	3
15. Al levantar 20 libras (10 kilogramos).	0	1	2	3
16. Al subir las escaleras.	0	1	2	3
Movilidad Al Aire Libre				
1. Al viajar por tren.	0	1	2	3
2. Al viajar por carro.	0	1	2	3
3. Al viajar en bicicleta.	0	1	2	3
4. Al viajar en autobus.	0	1	2	3
5. Al caminar 160 pies (50 metros).	0	1	2	3
6. Al caminar 650 pies (200 metros)	0	1	2	3
7. Al caminar 1640 pies (500 metros).	0	1	2	3
8. Al caminar en areas no aniveladas.	0	1	2	3