

COLUNA LOMBAR

QUESTIONÁRIO ROLAND-MORRIS – LOMBALGIA

Validação para o português Brasil:

(NUSBAUM, L. NATOUR, J., FERRAZ, M.B., GOLDENBERG, J.. Translation, adaptation and validation of the Roland-Morris questionnaire -Brazil Roland-Morris. Brazilian Journal of Medical and Biological Research (2001) 34: 203-210).

Quando suas costas doem, você pode encontrar dificuldade em fazer algumas coisas que normalmente faz. Esta lista possui algumas frases que as pessoas têm utilizado para descreverem quando sentem dores nas costas. Quando você ler estas frases, pode notar que algumas se destacam por descrever você hoje. Ao ler a lista, pense em você hoje. Quando ler uma frase que descreve você hoje, assinale-a. Se a frase não descreve você, então deixe o espaço em branco e siga para a próxima frase.

| | |
|--|--|
| | 1 Fico em casa a maior parte do tempo por causa de minhas costas. |
| | 2 Mudo de posição frequentemente tentando deixar minhas costas confortáveis. |
| | 3 Ando mais devagar que o habitual por causa de minhas costas. |
| | 4 Por causa de minhas costas eu não estou fazendo nenhum dos meus trabalhos que geralmente faço em casa. |
| | 5 Por causa de minhas costas, eu uso o corrimão para subir escadas. |
| | 6 Por causa de minhas costas, eu me deito para descansar mais frequentemente. |
| | 7 Por causa de minhas costas, eu tenho que me apoiar em alguma coisa para me levantar de uma cadeira normal. |
| | 8 Por causa de minhas costas, tento conseguir com que outras pessoas façam as coisas por mim. |

| | |
|--|---|
| | 9 Eu me visto mais lentamente que o habitual por causa de minhas costas. |
| | 10 Eu somente fico em pé por períodos curtos de tempo por causa de minhas costas. |
| | 11 Por causa de minhas costas evito me abaixar ou ajoelhar. |
| | 12 Encontro dificuldades em me levantar de uma cadeira por causa de minhas costas. |
| | 13 As minhas costas doem quase que todo o tempo. |
| | 14 Tenho dificuldade em me virar na cama por causa das minhas costas. |
| | 15 Meu apetite não é muito bom por causa das dores em minhas costas. |
| | 16 Tenho problemas para colocar minhas meias (ou meia-calça) por causa das dores em minhas costas. |
| | 17 Caminho apenas curta distância por causa de minhas dores nas costas. |
| | 18 Não durmo tão bem por causa de minhas costas. 19 Por causa de minhas dores nas costas, eu me visto com ajuda de outras pessoas. |
| | 20 Fico sentado a maior parte do dia por causa de minhas costas. |
| | 21 Evito trabalhos pesados em casa por causa de minhas costas. |
| | 22 Por causa das dores em minhas costas, fico mais irritado e mal humorado com as pessoas do que o habitual. |
| | 23 Por causa de minhas costas, eu subo escadas mais vagarosamente do que o habitual. |
| | 24 Fico na cama a maior parte do tempo por causa de minhas costas. |

Escore total (soma das respostas assinaladas): _____

Este questionário demora cerca de 5 minutos para responder.

O resultado é o número de itens marcados, i.e, de um mínimo de 0 a um máximo de 24.

As perguntas são objetivas e simples, dando-se uma pontuação de “1” para cada questão cuja afirmação o paciente concorde e a pontuação “0” para cada questão cuja afirmação o paciente não concorde. O escore é a somatória dos valores, podendo-se obter uma pontuação mínima de “0” e uma pontuação máxima de “24”. Quanto mais próximo à pontuação “24” maior a incapacidade do indivíduo com dor lombar crônica. Este questionário tem como ponto de corte o escore “14”, ou seja, os indivíduos avaliados com um escore maior que 14 apresentam incapacidade.

Roland e Morris, ao introduzirem o questionário para avaliação de lombalgias, obtiveram um valor médio de 11,4 tendo considerado que os doentes com valores superiores a 14 tinham uma incapacidade grave.