



## RONALD MORRIS QUESTIONNAIRE (RMQ)

Nombre: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

- 1. Me quedo en casa la mayor parte del tiempo por mi dolor de espalda
- 2. Cambio de postura con frecuencia para intentar aliviar la espalda
- 3. Debido a mi espalda camino más lentamente de lo normal
- 4. Debido a mi espalda, no puedo hacer ninguna de las faenas que habitualmente hago en casa
- 5. Por mi espalda uso el pasamanos para subir escaleras
- 6. A causa de mi espalda, debo acostarme más a menudo para descansar
- 7. Debido a mi espalda debo agarrarme a algo para levantarme de los sillones o sofás
- 8. Por culpa de mi espalda, pido a los demás que me hagan las cosas
- 9. Me visto más lentamente de lo normal a causa de mi espalda
- 10. A causa de mi espalda, sólo me quede de pie durante cortos períodos de tiempo
- 11. A causa de mi espalda, procuro evitar inclinarme o arrodillarme
- 12. Me cuesta levantarme de una silla por culpa de mi espalda
- 13. Me duele la espalda casi siempre
- 14. Me cuesta darme la vuelta en la cama por culpa de mi espalda
- 15. Debido a mi dolor de espalda, no tengo mucho apetito
- 16. Me cuesta ponerme los calcetines- o medias- por mi dolor de espalda
- 17. Debido a mi dolor de espalda, tan sólo ando distancias cortas
- 18. Duermo peor debido a mi espalda
- 19. Por mi dolor de espalda, deben ayudarme a vestirme
- 20. Estoy casi todo el día sentado/a a causa de mi espalda
- 21. Evito hacer trabajos pesados en casa, por culpa de mi espalda
- 22. Por mi dolor de espalda estoy más irritable y de peor humor de lo normal
- 23. A causa de mi espalda, subo las escaleras más lentamente de lo normal
- 24. Me quedo casi constantemente en la cama por mi espalda

Validation of the Spanish version of the Roland-Morris questionnaire. Kovacs FM, Llobera J, Gil Del Real MT, Abreira V, Gestoso M, Fernández C, Kovacs-Atención Primaria Group. Spine (Phila Pa 1976). 2002 Mar 1;27(5):538-42. doi: 10.1097/00007632-200203010-00016.

