



VERSIÓN ESPAÑOLA DEL CUESTIONARIO OSTRC-O2

Parte 1: Problemas de hombro

Por favor, conteste todas las preguntas independientemente de si tiene o no problemas en sus hombros. Seleccione la opción más apropiada para usted y, en caso de no tenerlo claro, intente responder lo mejor que pueda.

El término “problemas de hombro” se refiere a dolor, debilidad, rigidez u otras molestias en uno o ambos hombros.

Pregunta 1 – Participación

Durante los últimos 7 días, ¿Ha tenido alguna dificultad para participar con normalidad en los entrenamientos y competiciones debido a problemas de hombro?

- He participado completamente sin problemas de hombro
- He participado completamente, pero con problemas de hombro
- He reducido mi participación debido a problemas de hombro
- No he podido participar debido a problemas de hombro

Pregunta 2 – Modificación del entrenamiento/competición

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha modificado su entrenamiento o competición debido a problemas de hombro?

- No lo he modificado
- Lo he modificado levemente
- Lo he modificado moderadamente
- Lo he modificado severamente

<https://fisioterapia-saludmujer.web.uah.es>

[Cross-cultural Adaptation and Validation of the OSTRC Questionnaires on Overuse Injury and Health Problems \(Second Version\) in Spanish Youth Sports](#)

Pregunta 3 – Rendimiento

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida le han afectado sus problemas de hombro a su rendimiento?

- No me han afectado
- Me han afectado levemente
- Me han afectado moderadamente
- Me han afectado severamente

Pregunta 4 – Dolor

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha experimentado dolor de hombro relacionado con su deporte?

- No he experimentado dolor
- He experimentado dolor leve
- He experimentado dolor moderado
- He experimentado dolor severo

Parte 2: Problemas de lumbares

Por favor, conteste todas las preguntas independientemente de si tiene o no problemas en la zona lumbar. Seleccione la opción más apropiada para usted y, en caso de no tenerlo claro, intente responder lo mejor que pueda.

El término “problemas en la zona lumbar” se refiere a dolor, rigidez u otras molestias en sus lumbares.

Pregunta 1 – Participación

Durante los últimos 7 días, ¿Ha tenido alguna dificultad para participar con normalidad en los entrenamientos y competiciones debido a problemas en la zona lumbar?

- He participado completamente sin problemas en la zona lumbar
- He participado completamente, pero con problemas en la zona lumbar
- He reducido mi participación debido a problemas en la zona lumbar
- No he podido participar debido a problemas en la zona lumbar

Pregunta 2 – Modificación del entrenamiento/competición

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha modificado su entrenamiento o competición debido a problemas en la zona lumbar?

- No lo he modificado
- Lo he modificado levemente
- Lo he modificado moderadamente
- Lo he modificado severamente

<https://fisioterapia-saludmujer.web.uah.es>

[Cross-cultural Adaptation and Validation of the OSTRC Questionnaires on Overuse Injury and Health Problems \(Second Version\) in Spanish Youth Sports](#)

Pregunta 3 – Rendimiento

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida le han afectado sus problemas en la zona lumbar a su rendimiento?

- No me han afectado
- Me han afectado levemente
- Me han afectado moderadamente
- Me han afectado severamente

Pregunta 4 – Dolor

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha experimentado dolor en la zona lumbar relacionado con su deporte?

- No he experimentado dolor
- He experimentado dolor leve
- He experimentado dolor moderado
- He experimentado dolor severo

Parte 3: Problemas de rodilla

Por favor, conteste todas las preguntas independientemente de si tiene o no problemas en sus rodillas. Seleccione la opción más apropiada para usted y, en caso de no tenerlo claro, intente responder lo mejor que pueda.

El término “problemas de rodilla” se refiere a dolor, rigidez, inflamación, sensación de inestabilidad, bloqueo u otras molestias en una o ambas rodillas.

Pregunta 1 – Participación

Durante los últimos 7 días, ¿Ha tenido alguna dificultad para participar con normalidad en los entrenamientos y competiciones debido a problemas de rodilla?

- He participado completamente sin problemas de rodilla
- He participado completamente, pero con problemas de rodilla
- He reducido mi participación debido a problemas de rodilla
- No he podido participar debido a problemas de rodilla

Pregunta 2 – Modificación del entrenamiento/competición

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha modificado su entrenamiento o competición debido a problemas de rodilla?

- No lo he modificado
- Lo he modificado levemente
- Lo he modificado moderadamente
- Lo he modificado severamente

Pregunta 3 – Rendimiento

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida le han afectado sus problemas de rodilla a su rendimiento?

- No me han afectado
- Me han afectado levemente
- Me han afectado moderadamente
- Me han afectado severamente

Pregunta 4 – Dolor

Durante los últimos 7 días, ¿En qué medida ha experimentado dolor de rodilla relacionado con su deporte?

- No he experimentado dolor
- He experimentado dolor leve
- He experimentado dolor moderado
- He experimentado dolor severo