



*American Chronic Pain Association*

## Una Escala de Calidad de Vida

Una medida de la función Para las  
personas con dolor

No hay función

0

Se queda en la cama todo el día  
sentirse desesperanzado y desamparado sobre la vida.

1

Se queda en la cama por lo menos medio día no  
tiene contacto con el mundo de afuera.

2

Levantarse de la cama pero no se visten y se  
queda en su casa todo el día

3

Vestirse en la mañana con actividades mínimas en su casa y  
contacto con amigos por teléfono y correo electrónico.

4

Hace trabajitos simples en su casa Actividades mínimas a fuera tu casa dos  
días Por semana.

5

Lucharse pero cumple con sus deberes en su casa no tienes actividades a  
fuera y no tiene la capacidad de trabajar o ser voluntario.

6

Trabaja o sea voluntario horas limitado y puede participarse  
en actividades sociales en la fin de semana.

7

Trabaja o sea voluntario unas horas diario. Puede ser activo por lo menos cinco horas  
diario. Puede hacer planes de hacer actividades simples entre la fin de semana.

8

Trabaja o sea voluntario o sea activo por lo menos seis horas Diario. Tenga energía de  
hacer planes sociales por lo menos una noche durante la semana y seas active entre la fin  
de semana.

9

Trabaja o sea voluntario o sea active ocho horas diario. Participarse en la vida familiar.  
Actividades sociales a fuera son limitadas.

10

Trabaja o sea voluntario diario. Participarse en actividades normales diario. Tiene una  
vida social a fuera de trabajo.Un participante active en la vida familiar.

Función



*American Chronic Pain Association*

## Una Escala de Calidad de Vida

Una medida de la función  
Para las personas con dolor

**E**l dolor es una experiencia muy personal. El grado en que el dolor interfiere con la calidad de vida también es muy personal.

La escala de calidad de vida de la Asociación de Dolor Crónica de América se usa la capacidad de función en lugar de dolor solo para medir. Se puede ayudar personales con dolor y su equipo de atención medica evaluar y comunicar el impacto que tiene su dolor en actividades de la vida diario. Esté información proporciona un base para tratamiento con eficaz y se ayuda medir el progreso con el tiempo.

La escala tiene la intención a ayudar individuos medir niveles de actividad. Reconocemos que amas de casa, padres y personas jubiladas no trabajan a fuera de su casa pero su actividad todavía se puede medir en la cantidad de tiempo que uno puede “trabajar” cumpliendo sus deberes diario sea en un trabajo pagado, o como voluntario o en su casa.

Con la combinación de tratamiento médico sólido y buen afrontamiento, y apoyo de sus compañeros personas con dolor pueden seguir adelante con una vida con satisfacción y productiva. La Asociación de Dolor Crónica de América se puede ayudar:

**Para más información, comunicarse a la ACPA.:**

**Post Office Box 850**

**Rocklin, CA 95677**

**916.632-0922**

**800.533.3231**

**Fax: 652.8190**

**Correo electrónico: [acpa@pacbell.net](mailto:acpa@pacbell.net)**

**Sitio internet: [www.theacpa.org](http://www.theacpa.org)**