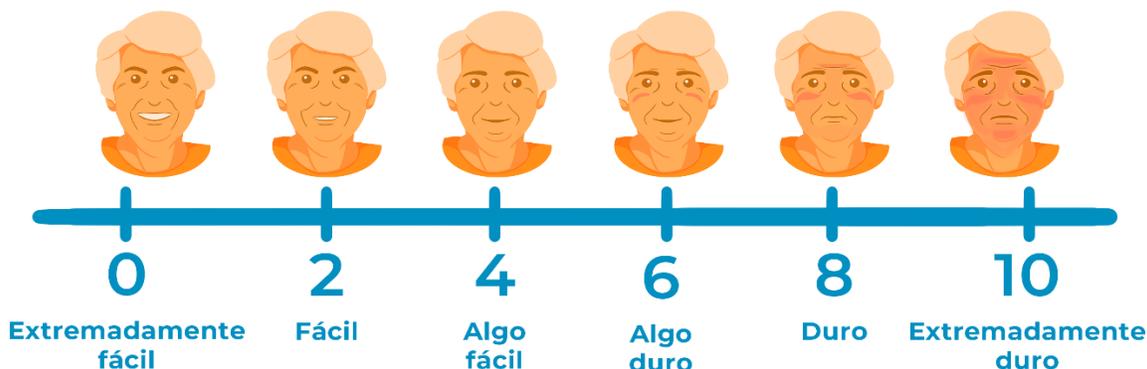


Percepción subjetiva del esfuerzo OMNI-GSE



Objetivo:

Evaluar la percepción subjetiva del esfuerzo físico de la persona mayor.

Descripción:

Se requiere agudeza visual suficiente de la persona para observar e identificar los pictogramas, la prueba se aplica inmediatamente después de la valoración de la capacidad funcional y de la capacidad física

Requerimientos:

Pictograma impreso a un tamaño adecuado para una correcta visualización

Instrucciones:

1. Informar a la persona mayor el propósito de la prueba y en qué consiste.
2. Mostrar a la persona mayor los pictogramas de la prueba.
3. Solicitar a la persona mayor que señale con su dedo el pictograma que mejor representa el nivel de esfuerzo que percibe al terminar la valoración de su capacidad funcional y capacidad física.
4. Tomar nota del nivel de esfuerzo indicado por la persona mayor.
5. Registrar la interpretación del grado de esfuerzo percibido por la persona mayor

Tiempo de aplicación:

15 segundos

Calificación:

El resultado se codifica en una escala de intensidad de esfuerzo de 0 a 10, combinando descriptores visuales y verbales específicos, referidos a la intensidad de la actividad realizada.

Sugerencias o pautas de interpretación:

Escala:
0 = Extremadamente fácil.
2 = Fácil.
4 = Algo fácil.
6 = Algo duro.
8 = Duro.
10 = Extremadamente duro.

Modificado de: Da Silva-Grigoletto ME, Viana-Montaner BH, Heredia JR, Mata F, Peña G, Brito CJ et al. Validación de la escala de valoración subjetiva del esfuerzo OMNI-GSE para el control de la intensidad global en sesiones de objetivos múltiples en personas mayores. Kronos



Este material está registrado bajo licencia *Creative Commons Internacional*, con permiso para reproducirlo, publicarlo, descargarlo y/o distribuirlo en su totalidad únicamente con fines educativos y/o asistenciales sin ánimo de lucro, siempre que se cite como fuente al Instituto Nacional de Geriátría.

