

Subjective:

Me llamo (your name here). – My name is (your name here).

Soy su terapeuta físico. – I am your physical therapist

¿Cómo estás? – How are you?

¿En que trabaja? - What do you do for a living?

¿Qué ocurrió? - What happened?

Le practicaron una cirugía. – You had surgery.

¿Te caíste? - Did you fall?

¿Tuviste un accidente? - Were you in an accident?

¿Cuándo ocurrió? - When did it happen?

¿Por Cuánto tiempo ha tenido el problema? - How long have you had the problem?

¿Ha ocurrido antes en el pasado? – Has it happened before in the past?

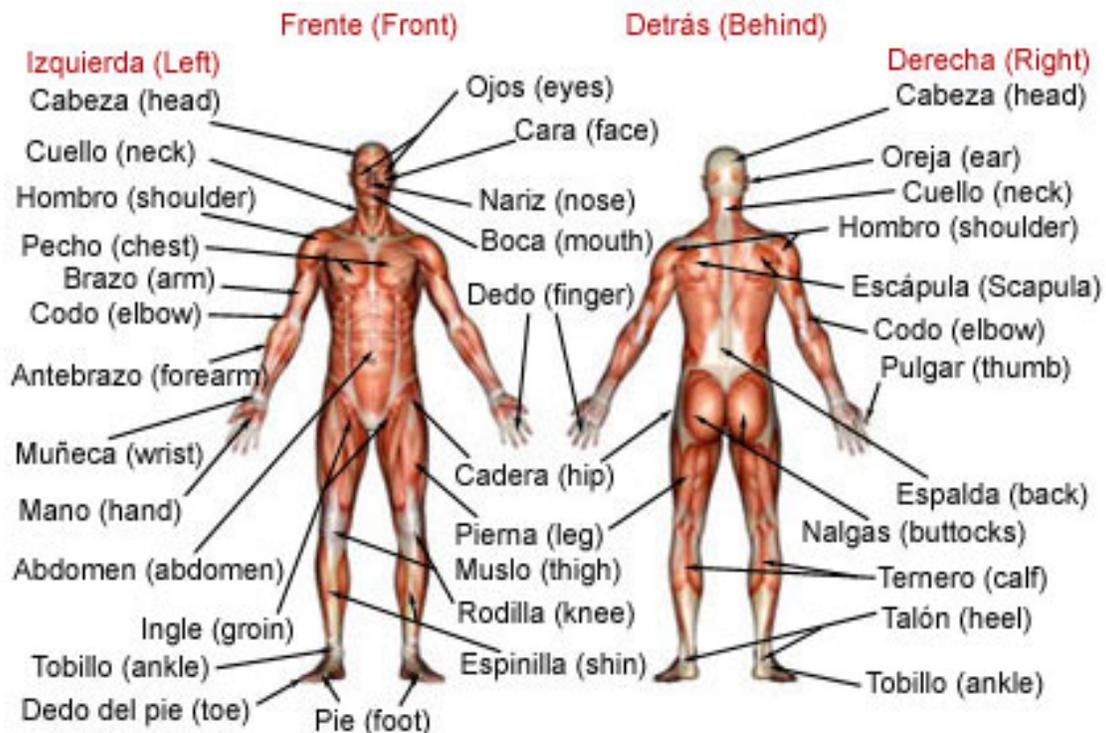
¿ En dónde se lastimó? - Where did you get hurt?

¿Tiene dolor? – Do you have pain?

¿Dónde le duele? – Where does it hurt? (see Figure 1)

Elija el dolor. – Point to the pain. (see Figure 1)

Figure 1 – Anatomical Parts in Spanish



Subjective (continued):

Describa su dolor. – Describe your pain.

¿Es agudo (sharp), sordo (dull), adolorido (achy), punzante (throbbing), quemante (burning), súbito (shooting), punzante (stabbing)? – Is the pain sharp, dull, achy, throbbing, burning, shooting, stabbing?

¿Cuánto dolor tiene usted en una escala de cero a diez donde cero es la ausencia de dolor y diez es el dolor más fuerte? - How much pain do you have on a scale of 0-10 with 0 being no pain and 10 being the worst pain?

¿Tiene algún entumecimiento u hormigueo? - Do you have any numbness or tingling?

¿Le duele al sentarse (sit), pararse (stand), caminar (walk), agacharse (bend), levantar (lift), se agacha (squat), transportar (carry), subir escaleras (climb stairs)? - Does it hurt to sit, stand, walk, bend, lift, squat, carry, climb stairs?

¿Qué alivia su dolor? - What gives you relief?

¿Es su (body part ie. espalda) rígida? Is your (body part – see Figure 1 ie. back) stiff?

¿Qué son sus objetivos con terapia? - What are your goals for therapy.

Objective:

Parese por favor. - Please sit up.

Siéntese por favor. – Please sit down.

Acuéstese sobre su espalda. – Lie down on you back.

Acuéstese de frente. – Lie on your front.

Boca abajo – Face down

Boca arriba – Face up

Voltee – Turn over to your other side.

Dolor - Pain

¿Le duele cuando hago esto? – Does it hurt when I do this?

Dime cuando duele. – Tell me when it hurts.

Levante esto (body part ie. brazo). - Raise this (body part –see Figure 1 - arm)

Mueva su (body part ie. brazo). - Move your (body part – see Figure 1 – arm)

Me gustaría examinar su fuerza. – I would like to test your strength.

Me gustaría poner a prueba su rango de movimiento. – I would like to test your range of motion.

Mantenga esta posición. – Hold this position.

No me deje moverlo. – Don't let me move you.

Manténgalo derecho. – Keep it straight.

Inclínese hacia adelante – Bend forward

Doblar hacia atrás – Bend backward

Doblar a la izquierda – Bend to the left.

Doblar a la derecha – Bend to the right

Gire a la derecha – Turn to the right

Gire a la izquierda – Turn to the left

Resísteme – Resist me

Más Fuerte – Harder

Relájese – Relax

Haga este ejercicio. – Do this exercise.

Camine para mí. – Walk for me.

Sigue lo que hago. – Follow what I do.

Aquí – here

Tome un descanso. - Take a break.

Assessment:

Usted tiene debilidad. – You have weakness.

Usted tiene la rigidez. – You have stiffness.

Usted tiene los músculos tensos. – You have tight muscles.

Usted se esguinzo un ligamento. – You sprained a ligament.

Usted se desgarró un ligamento. You tore a ligament.

Usted se desgarró un músculo. – You pulled a muscle.

Usted tiene problemas de equilibrio. – You have balance problems.

Usted tiene tendinitis. – You have tendonitis.

Usted tiene una hernia discal. – You have a slipped disc.

Usted tiene problemas con su mecánica. - You have problems with your mechanics.

Usted tiene problemas con su postura. – You have problems with your posture.

Usted tiene artritis. – You have arthritis.

Usted tuvo un derrame cerebral. – You had a stroke.

Le practicaron una cirugía. – You had surgery.

El nervio se irrita. – The nerve is irritated.

Plan:

Me gustaría que vinieras a la terapia dos veces por semana durante cuatro semanas. – I would like you to come to therapy 2 x a week for 4 weeks.

Uno – 1, Dos – 2, Tres – 3, Cuatro – 4, Cinco – 5

Usted recibirá tratamiento, el cual incluye: – You will be seen for treatment including:

- **Ejercicio terapéutico** – Therapeutic exercise
- **Fortalecimiento** – Strengthening
- **Estabilización** – Stabilization
- **Estiramiento** – Stretching
- **El rango de movimiento** – Range of motion
- **Entrenamiento de la postura** – Postural training
- **El entrenamiento funcional** – Functional training
- **Masaje** – Massage
- **Manual de Terapia** – Manual therapy
- **Conjunto movilizaciones** – Joint Mobilizations
- **Balance de la formación** – Balance training
- **Modalidades** - Modalities