SALSA Study Sheets: PHYSICAL THERAPY

UNC SCHOOL OF MEDICINE

Medical History

Is your pain the result of an injury?	¿Hubo algún trauma que causó su dolor?
Was the onset of the problem slow or sudden?	¿Empezó el problema gradualmente o de repente?
Where is your pain located? Point.	¿Dónde le duele a usted? Indique.
Does the pain radiate down your legs?	¿Extiende el dolor hacia las piernas?
Have you experienced popping or locking of the joint?	¿Ha experimentado sonidos de la articulación or una sentimiento como que está pegada?
What positions or activities relieve your symptoms?	¿Qué posiciones o actividades alivian sus síntomas?
On a scale of 0-10, 0 being no pain, 10 meaning pain so bad you have to go the emergency room, what level is your pain right now?	En una escala de 0 a 10, 0 significando no dolor, 10 significando dolor tan fuerte que tiene que ir a la sala de emergencia, ¿Qué nivel describe su dolor ahorita?
Do you have any numbness or tingling?	¿Tiene usted algún entumecimiento o hormigueos?

Physical Examination

Please have a seat on the table.	Por favor, siéntese en la mesa.
Place your arm like this and don't let me move it.	Coloque su brazo como asi y no me deje mover.
Extend your arm/leg/wrist against my hand	Extienda su brazo/pierna/muñeca contra mi mano.
Squeeze my fingers tightly.	Aprete mis dedos con fuerza.
Use a warm compress to reduce the swelling.	Use una compresa tibia para disminuir el hinchazón.

Anatomy

Elbow	Codo	**Shin**	Espinilla	**Joints**	Articulaciones	**Tendon**	Tendón
Knee	Rodilla	**Forearm**	Antebrazo	**Spine**	Espina	**Ligament**	Legamento
Ankle	Tobillo	**Wrist**	Muñeca	**Waist**	Cintura	**Cartilage**	Cartílago
Knuckle	Nudillos	**Shoulder**	Hombro	**Hip**	Cadera	**Bursa**	Bolsa
Vertebra	Vértibra						

Common Terms

Bend	Doblar	**Sets**	Series	**Osteoporosis**	osteoporosis	**Sling**	Cabestrillo
Flex	Flexionar	**Stiff**	Entumecido	**Raise**	Levantar	**Twist**	Girar
Extend	Extender	**Cramps**	Calambres	**Lower**	Bajar	**Wheel Chair**	Silla de ruedas
Squeeze	Apretar	**Spasms**	Espasmos	**Squat**	Ponerse en cuclillas	**Cane**	Bastón
Hold	Sujetar, Agarrar	**Stretch**	Estirar	**Crutches**	Muletas	**Sprain**	Torcer
Repetitions	Repeticiones	**Walker**	Andador	**Brace**	Abrazadera		