

¿CUÁL ES TU PUNTUACIÓN MG-ADL?

ESCALA DE SÍNTOMAS

La escala MG-ADL (actividades de la vida diaria) permite valorar cómo los síntomas de la miastenia gravis generalizada afectan a las actividades cotidianas y compartir esta información con el equipo médico.

Cómo utilizarla: Puntúa cada actividad de 0 a 3 y suma los ocho resultados.

ACTIVIDAD	0 · Normal	1 · Leve	2 · Moderada	3 · Grave	PTS.
Hablar	Normal	Arrastre intermitente de palabras o voz gangosa	Arrastre de palabras constante o voz gangosa, pero se puede entender	Habla difícil de entender	_____
Masticar	Normal	Fatiga al comer alimentos sólidos	Fatiga al comer alimentos blandos	Sonda gástrica	_____
Tragar	Normal	Episodio inusual de atragantamiento	Atragantamiento frecuente con necesidad de cambios en la dieta	Sonda gástrica	_____
Respiración	Normal	Falta de aire al hacer esfuerzo	Falta de aire en reposo	Dependencia de ventilación mecánica	_____
Cepillarse los dientes o peinarse	Ninguna	Esfuerzo adicional, pero no necesita períodos de descanso	Necesita períodos de descanso	No puede realizar ninguna de estas funciones	_____
Levantarse de una silla	Ninguna	Leve, a veces usa los brazos	Moderada, siempre usa los brazos	Intensa, necesita ayuda de otra persona	_____
Visión doble	Ninguna	Ocurre, pero no a diario	A diario, pero no constante	Constante	_____
Párpados caídos	Ninguna	Ocurre, pero no a diario	A diario, pero no constante	Constante	_____

PUNTUACIÓN TOTAL: _____ / 24

Una puntuación mayor refleja una mayor afectación de las actividades diarias.

Importante: Esta escala facilita el seguimiento, pero no sustituye la valoración médica. Ante dificultad para respirar o tragar, busca atención urgente.

SEGUIMIENTO DE TUS SÍNTOMAS

Registra periódicamente tu puntuación MG-ADL para compartir con el equipo médico cómo evolucionan los síntomas. Pregunta a tu especialista con qué frecuencia conviene realizar este registro.

REGISTRO DE 12 EVALUACIONES

01 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

02 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

03 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

04 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

05 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

06 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

07 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

08 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

09 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

10 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

11 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

12 Fecha: ____ / ____ / ____
Puntuación MG-ADL: ____ / 24

COMPARTE TUS RESULTADOS EN CONSULTA

● Aprovecha mejor la visita

La escala ayuda a explicar de forma rápida cómo los síntomas afectan a tus actividades cotidianas.

● Describe lo que experimentas

Tus registros facilitan explicar los cambios que has notado desde la última consulta.

● Participa en el seguimiento

Revisar las puntuaciones con tu especialista ayuda a conversar sobre tu evolución.

Para iniciar la conversación:

“Desde la última consulta he registrado mis síntomas con la escala MG-ADL. Me gustaría revisar contigo cómo han cambiado mis puntuaciones”.

Referencia: Wolfe GI, Herbelin L, Nations S, et al. Myasthenia gravis activities of daily living profile. Neurology.