

Tinetti Balance and Gait Scale

Nome e Cognome.....

A) **Equilibrio:** il soggetto è seduto su una sedia rigida, senza braccioli, se il soggetto non sta in equilibrio, il punteggio è 0

- 1) Equilibrio da seduto
- 0) Si regge alla sedia per mantenersi eretto, si inclina o scivola
- (1) Sicuro, stabile sulla sedia

- 2) Alzarsi dalla sedia:
- (0) Incapace di alzarsi senza l'aiuto di una persona
- (1) Deve aiutarsi con le braccia
- (2) Capace di alzarsi con un singolo movimento senza usare le braccia

- 3) Tentativo di alzarsi
- (0) Incapace senza l'aiuto di una persona
- (1) Capace ma richiede più tentativi
- (2) Capace al primo tentativo

- 4) Equilibrio nella stazione eretta immediata (primi 5 sec)
- (0) Instabile (si aggrappa per sorreggersi, deve muovere i piedi, oscilla marcatamente col tronco)
- (1) Stabile ma ricorre al supporto di presidi per il cammino o ad altri appoggi
- (2) Stabile senza supporto di ausili o altri appoggi

- 5) Equilibrio nella stazione eretta prolungata
- (0) Instabile (si aggrappa per sorreggersi, deve muovere i piedi, oscilla marcatamente col tronco)
- (1) Stabile ma a base larga, tiene i piedi separati (distanza tra i malleoli mediali maggiore di 10 centimetri) o ricorre all'uso di presidi per il cammino o ad altri appoggi
- (2) Stabile a base stretta, tiene i piedi ravvicinati, senza ricorrere ad appoggi

- 6) Prova di Romberg
- (0) Instabile, comincia a cadere (deve aggrapparsi per sorreggersi o separare i piedi)
- (1) Stabile, con i piedi uniti e senza appoggiarsi

- 7) Prova di Romberg sensibilizzato
- (0) Comincia a cadere e l'esaminatore deve sostenerlo
- (1) Barcolla, deve muovere i piedi, ma si riprende da solo
- (2) Stabile, capace di contrastare la forza delle spinte

- 8) Girarsi di 360 gradi
- (0) A passi discontinui, appoggia completamente un piede sul pavimento prima di sollevare l'altro piede
- (1) A passi continui, la rotazione è un movimento fluido
- (0) Instabile, barcolla, deve aggrapparsi per sostenersi
- (1) Stabile senza sorreggersi

- 9) Sedersi
- (0) Insicuro, sbaglia la distanza, cade sulla sedia
- (1) Usa le braccia per sedersi o ha un movimento discontinuo
- (2) Sicuro, ha un movimento continuo

Punteggio (0) non eseguibile (1/16).....

B) **Andatura** La persona cammina per dieci passi di fronte all'esaminatore, lungo il corridoio o attraverso la stanza, all'inizio con il suo passo normale, poi con un passo più rapido. se adoperi gli ausili per deambulare puoi utilizzarli.
Con la persona non deambulante il punteggio di questa sezione è di 0.

10) inizio della deambulazione

- (0) Presenza di esitazioni, tentativi di partenza ripetuti con movimento d'inizio non scorrevole
- (1) Nessuna esitazione, inizia subito dopo il "via" con movimento scorrevole

11) lunghezza e altezza del passo

Piede destro

- (0) Il piede non si alza completamente dal pavimento (durante il passo è possibile udire la suola strusciare) oppure si solleva troppo (>3-4 cm.)
- (1) Il piede si alza completamente dal pavimento ma non più di 3-4 cm.
- (0) Il piede che avanza non supera con il tallone la punta dell'altro
- (1) Il piede che avanza supera con il tallone la punta dell'altro

Piede sinistro

- (0) Il piede non si alza completamente dal pavimento (durante il passo è possibile udire la suola strusciare) oppure si solleva troppo (>3-4 cm.)
- (1) Il piede si alza completamente dal pavimento ma non più di 3-4 cm.
- (0) Il piede che avanza non supera con il tallone la punta dell'altro
- (1) Il piede che avanza supera con il tallone la punta dell'altro

12) Simmetria del passo

- (0) Il passo destro e sinistro non sembrano uguali ma di diversa lunghezza oppure il soggetto ad ogni passo avanza con lo stesso piede
- (1) Il passo destro e sinistro sembrano uguali, approssimativamente della stessa lunghezza, per la maggior parte dei passi

13) Continuità del passo

- (0) Interrotto o discontinuo
- (1) Continuo

14) Traiettoria

- (0) Marcata deviazione
- (1) Lieve o moderata o uso di ausili
- (2) Assenza di deviazione

15) Tronco

- (0) Marcata oscillazione del tronco o uso di ausili
- (1) Flessione delle ginocchia o della schiena o allargamento delle braccia per mantenere l'equilibrio
- (1) Nessuna oscillazione del tronco, flessione delle ginocchia o della schiena, uso delle braccia o ausili

16) Cammino (si osserva da dietro)

- (0) I talloni sono separati
- (1) I talloni quasi si toccano

Punteggio (0) non eseguibile (1/16).....

PUNTEGGIO TOTALE (A + B).....

Firma