

TINETTI : équilibre

1	Equilibre en position assise	- S'incline ou glisse sur la chaise - Stable, sûr	= 0 = 1
2	Lever	- Incapable sans aide - Capable mais utilise les bras pour s'aider - Capable sans utiliser les bras	= 0 = 1 = 2
3	Essaie de se relever	- Incapable sans aide - Capable mais nécessite plus d'une tentative - Capable de se relever après une seule tentative	= 0 = 1 = 2
4	Equilibre en position debout (5 premières secondes)	- Instable (<i>titube, bouge les pieds, présente un balancement accentué du tronc</i>) - Stable mais doit utiliser un support - Stable en l'absence de support	= 0 = 1 = 2
5	Equilibre en position debout	- Instable - Stable avec un polygone de sustentation large - Polygone de sustentation étroit sans support	= 0 = 1 = 2
6	Au cours de trois poussées sternales	- Commence à tomber - Chancelle, s'agrippe mais maintient son équilibre - Stable	= 0 = 1 = 2
7	Les yeux fermés	- Instable - Stable	= 0 = 1
8	Rotation 360°	- Pas discontinus	= 0
		- Pas continus	= 1
		- Instable (S'agrippe, chancelle)	= 0
		- Stable	= 1
9	S'asseoir	- Hésitant, se trompe sur la distance, se laisse tomber - Utilise les bras ou le mouvement est brusque - Stable, mouvement régulier	= 0 = 1 = 2
Score équilibre :			/16

TINETTI : marche

10	Initiation à la marche (après ordre)	<ul style="list-style-type: none"> - Hésitation ou tentatives multiples = 0 - Sans hésitation = 1 	
11	Longueur et hauteur du pas : - Balancement du pied droit	<ul style="list-style-type: none"> - Le pas ne dépasse pas le pied d'appuis gauche = 0 - Le pas dépasse le pied d'appuis gauche = 1 - Le pied droit ne quitte pas complètement le sol = 0 - Le pied droit quitte le sol = 1 	
	- Balancement du pied gauche	<ul style="list-style-type: none"> - Le pas ne dépasse pas le pied d'appuis droit = 0 - Le pas dépasse le pied d'appuis droit = 1 - Le pied gauche ne quitte pas complètement le sol = 0 - Le pied gauche quitte le sol = 1 	
13	Symétrie des pas	<ul style="list-style-type: none"> - Inégalité entre la longueur des pas du pied droit/gauche = 0 - Égalité du pas droit/gauche = 1 	
14	Continuité des pas	<ul style="list-style-type: none"> - Arrêt ou discontinuité des pas = 0 - Continuité des pas = 1 	
15	Tronc	<ul style="list-style-type: none"> - Balancement marqué ou utilisation d'un déambulateur = 0 - Sans balancement, avec flexion des genoux ou du dos ou élargit les bras pendant la marche = 1 - Sans balancement, flexion et sans déambulateur = 2 	
16	Attitude pendant la marche	<ul style="list-style-type: none"> - Talons séparés = 0 - Talons presque se touchant pendant la marche = 1 	
Score <i>marche</i> :			/12
SCORE TOTAL :			/28
(Get up and Go : sec.; Pts: 1,2,3,4,5)			

Interprétation :

Score < 25 : anomalie pouvant augmenter le risque de chute

Score < 19 : risque de chutes augmenté de 5 fois

