La scala di Tinetti

Performance-Oriented Mobility Assessment (POMA) · 16 item · 28 punti

TRADUZIONE ITALIANA NON VALIDATA

Persona / ID _____ **Data** _____

Valutatore _____ **Ausilio abituale** _____

Preparazione. Sedia rigida senza braccioli, cronometro e percorso di circa 4,6 m. Tempo indicativo 10-15 minuti. Per l'equilibrio, partire seduti sulla sedia.

01 Equilibrio

16 punti

PROVA	CRITERI E PUNTEGGI	PUNTI
01 **Equilibrio da seduto**	☐ **0** Si inclina o scivola sulla sedia. ☐ **1** Stabile e sicuro.	____ / 1
02 **Alzarsi**	☐ **0** Non riesce senza aiuto. ☐ **1** Riesce usando le braccia per aiutarsi. ☐ **2** Riesce senza usare le braccia.	____ / 2
03 **Tentativi per alzarsi**	☐ **0** Non riesce senza aiuto. ☐ **1** Riesce, ma occorre più di un tentativo. ☐ **2** Riesce con un solo tentativo.	____ / 2
04 **Equilibrio immediato in piedi** Primi 5 secondi.	☐ **0** Instabile: barcolla, sposta i piedi o oscilla con il tronco. ☐ **1** Stabile con deambulatore o altro sostegno. ☐ **2** Stabile senza deambulatore o altro sostegno.	____ / 2
05 **Equilibrio in piedi***	☐ **0** Instabile. ☐ **1** Stabile, con base larga (oltre circa 10 cm tra i margini mediali dei talloni) **e** uso di bastone o altro sostegno. ☐ **2** Base stretta, senza sostegno.	____ / 2
06 **Risposta alla spinta** Piedi il più vicini possibile; tre lievi spinte allo sterno con il palmo.	☐ **0** Inizia a cadere. ☐ **1** Barcolla, si aggrappa o recupera l'equilibrio. ☐ **2** Stabile.	____ / 2
07 **Occhi chiusi** Nella stessa posizione dell'item 6.	☐ **0** Instabile. ☐ **1** Stabile.	____ / 1
08 **Rotazione di 360°** Valutare le due componenti e sommarle.	**Passi** ☐ 0 Discontinui ☐ 1 Continui **Stabilità** ☐ 0 Instabile ☐ 1 Stabile Instabile: si aggrappa o barcolla.	____ / 2
09 **Sedersi**	☐ **0** Insicuro: valuta male la distanza o si lascia cadere sulla sedia. ☐ **1** Usa le braccia o il movimento non è fluido. ☐ **2** Movimento sicuro e fluido.	____ / 2

Punteggio equilibrio · somma degli item 1-9 _____ **/ 16**

*** Item 5.** La fonte richiede insieme base larga **e** sostegno per 1 punto; non specifica tutte le combinazioni intermedie. Se nessun criterio descrive il caso, annotarlo senza inventare un punteggio.

Sicurezza (nota redazionale). Restare pronti a sostenere la persona e interrompere la prova se non può proseguire in sicurezza. Annotare assistenza e prove non eseguite a pagina 2.

La scala di Tinetti

Performance-Oriented Mobility Assessment (POMA) · 16 item · 28 punti

TRADUZIONE ITALIANA NON VALIDATA

Persona / ID _____ **Data** _____

Valutatore _____ **Ausilio abituale** _____

Consegna. In piedi con l'esaminatore, camminare alla velocità abituale; al ritorno, a velocità maggiore ma sicura. Usare l'ausilio abituale.

02 Cammino

12 punti

PROVA	CRITERI E PUNTEGGI	PUNTI
10 **Avvio del cammino** Subito dopo il via.	☐ **0** Esita o compie più tentativi per iniziare. ☐ **1** Inizia senza esitazione.	____ / 1
11 **Lunghezza e altezza del passo** Quattro componenti da sommare. Confrontare il piede in avanzamento con quello in appoggio.	**Destro** · supera il sinistro ☐ 0 No ☐ 1 Sì **Destro** · si stacca del tutto da terra ☐ 0 No ☐ 1 Sì **Sinistro** · supera il destro ☐ 0 No ☐ 1 Sì **Sinistro** · si stacca del tutto da terra ☐ 0 No ☐ 1 Sì	____ / 4
12 **Simmetria del passo** Stima visiva della lunghezza.	☐ **0** I passi destro e sinistro non hanno uguale lunghezza. ☐ **1** I passi destro e sinistro sembrano di uguale lunghezza.	____ / 1
13 **Continuità del passo**	☐ **0** Arresti o discontinuità tra un passo e l'altro. ☐ **1** I passi appaiono continui.	____ / 1
14 **Traiettoria** Osservare lo scostamento di un piede su circa 3 m, con il pavimento come riferimento.	☐ **0** Deviazione marcata. ☐ **1** Deviazione lieve/moderata o uso di un ausilio. ☐ **2** Traiettoria rettilinea senza ausilio.	____ / 2
15 **Tronco**	☐ **0** Oscillazione marcata o uso di un ausilio. ☐ **1** Non oscilla, ma flette ginocchia o dorso, oppure allarga le braccia mentre cammina. ☐ **2** Non oscilla, non flette ginocchia o dorso, non allarga le braccia e non usa ausili.	____ / 2
16 **Distanza dei talloni nel cammino**	☐ **0** Talloni distanti. ☐ **1** Talloni che quasi si toccano durante il cammino.	____ / 1

Punteggio cammino · somma degli item 10-16 _____ **/ 12**

TOTALE Equilibrio _____ + Cammino _____ = _____ **/ 28**

Compilazione. Selezionare un criterio per item; negli item 8 e 11 una risposta per ciascuna componente. Se una voce non è valutata o resta non attribuibile, descriverla sotto e non riportare la somma incompleta come totale su 28.

Assistenza, prove non eseguite e osservazioni

Traduzione redazionale FisioScience non validata. Griglia MS EDGE, 9+7 item e 28 punti.

Fonte. APTA, Multiple Sclerosis Outcome Measures Taskforce. Compendium of Instructions for Outcome Measures. Sezione Tinetti POMA, pp. 189-192.
Apri il modulo originale in inglese ↗