

Detectar precozmente riesgo de caídas.

Interpretación: a mayor puntuación mejor funcionamiento. La máxima puntuación de la escala de marcha es 12, para equilibrio 16, la suma de ambas es el riesgo de caídas. A mayor puntuación menor riesgo.

ESCALA DE TINETTI PARTE I: EQUILIBRIO

Instrucciones: Sujeto sentado en una silla sin brazos.

EQUILIBRIO SENTADO	
Se inclina o desliza en la silla	0
Firme y seguro	1
LEVANTARSE	
Incapaz sin ayuda	0
Capaz, pero necesita más de intenso	1
Capaz de levantarse con un intento	2
EQUILIBRIO INMEDIATO (5) AL LEVANTARSE	
Inestable (se tambalea, mueve los pies, marcado balanceo del tronco)	0
Estable, pero usa andadera, bastón, muletas u otro objeto	1
Estable sin usar bastón u otros soportes	2
EQUILIBRIO EN BIPEDESTACION	
Inestable	0
Estable con aumento del área de sustentación (talones separados más de 10 cm) o usa bastón o andadera.	1
Base de sustentación estrecha sin ningún soporte	2
EMPUJON (sujeto en posición firme con los pies lo más juntos posible, el examinador empuja sobre el esternón del paciente con la palma 3 veces).	
Tiende a caerse	0
Se tambalea, se sujeta, pero se mantiene solo	1
Firme	2
OJOS CERRADOS (posición anterior)	
Inestable	0
Estable	1
GIRO DE 360°	
Pasos discontinuos	0
Pasos continuos	1
Inestable	0
Estable	1
SENTARSE	
Inseguro	0
Usa los brazos o no tiene movimiento suave	1
Seguro, movimiento suave	2

TOTAL EQUILIBRIO: _____/16

ESCALA DE TINETTI PARA LA VALORACION DE LA MARCHA Y EL EQUILIBRIO

ESCALA DE TINETTI PARTE II: MARCHA

Instrucciones: Sujeto de pie con el examinador camina primero con su paso habitual, regresando con “pasó rápido, pero seguro” (usando sus ayudas habituales para la marcha en caso de ser necesario).

Comienza la marcha (inmediatamente después de decir camine)	
Duda o vacila o múltiples intentos para comenzar	0
No vacilante	1
LONGITUD Y ALTURA DEL PASO	
El pie derecho no sobrepasa al izquierdo con el paso en la fase de balanceo	0
El pie derecho sobrepasa al izquierdo	1
El pie derecho no se levanta completamente del suelo con el paso en la fase de balanceo	0
El pie derecho se levanta completamente	1
El pie izquierdo no sobrepasa al derecho con el paso de la fase de balanceo	0
El pie izquierdo sobrepasa al derecho con el paso	1
El pie izquierdo no se levanta completamente del suelo con el paso de la fase de balanceo	0
El pie izquierdo se levanta completamente	1
SIMETRIA DEL PASO	
La longitud del paso con el pie derecho e izquierdo es diferente (estimada)	0
Los pasos son iguales en longitud	1
CONTINUIDAD DE LOS PASOS	
Para o hay discontinuidad entre pasos	0
Los pasos son continuos	1
TRAYECTORIA (se observa desviación de un pie de 3 cm de distancia)	
Marcada desviación	0
Desviación moderada o media utiliza ayuda	1
Derecho sin utilizar ayudas	2
TRONCO	
Marcado balanceo o utiliza ayudas	0
No balanceo, pero hay flexión de rodillas o espalda o extensión hacia fuera de los brazos	1
No balanceo no flexión, ni utiliza ayudas	2

TOTAL MARCHA: ____/12

TOTAL GENERAL: ____/28