

Teste de equilíbrio e marcha

(Escala de Tinetti)

Marcha

1. Início

- [0] Hesita/Tentativas
- [1] Não hesita

2. Comprimento/Altura

Pé direito

- [0] Não passa da posição
- [1] Passa da posição
- [0] Não encosta no chão
- [1] Encosta no chão

Pé esquerdo

- [0] Não passa da posição
- [1] Passa da posição
- [0] Não encosta no chão
- [1] Encosta no chão

Simetria do passo

- [0] Comprimento diferente
- [1] Comprimento igual

Continuidade do passo

- [0] Sim
- [1] Não

5. Direção

- [0] Marcado desvio
- [1] Desvio leve/moderado/com apoio
- [2] Sem apoio

6. Tronco

- [0] Oscila/com apoio
- [1] Flexão de joelhos ou costas/abertura de braços
- [2] Sem oscilação/flexão ou abertura

7. No andar

- [0] Tornozelos separados
- [1] Tornozelos quase se tocam

Pontos de marcha [12]

Pontuação geral
(marcha + equilíbrio)

28 ptos.

Adaptado de: Tinetti, M.E. JAGS 1986; 34: 119-126. • TINETTI, M.E. Performance-oriented assessment of mobility problems in elderly patients. JAGS 1986; 34: 119-126. (Scoring description: PT Bulletin Feb. 10, 1993).