



Mi Universidad

súper nota

Nombre del Alumno FRANCISCO AGUSTIN CANTORAL ALVAREZ

Nombre del tema ESCALA DE TINETTI

Parcial 4TO

Nombre de la Materia GERONTOGERIATRIA

Nombre del profesor CECILIA DE LA CRUZ SANCHEZ

Nombre de la Licenciatura ENFERMERIA

Cuatrimestre 6TO

Pichucalco, Chiapas; 28 de julio del 2023



ESCALA DE TINETTI

¿QUÉ ES?

La escala de Tinetti para la marcha y el equilibrio se utiliza para determinar precozmente el riesgo de caída de un anciano durante el año siguiente a su aplicación.



Indicada:

Detectar precozmente el Riesgo de caídas en ancianos a un año vista.

Interpretación:

A mayor puntuación mejor funcionamiento. La máxima puntuación de la subescala de marcha es 12, para la del equilibrio 16.

La suma de ambas puntuaciones para el riesgo de caídas.

A mayor puntuación>>>menor riesgo

La puntuación máxima para la prueba del equilibrio es 16 y para la de la marcha 12, de modo que la total es 28. Cuanto mayor es la puntuación final, mejor la funcionalidad del paciente y menor el riesgo de que pueda sufrir una caída, considerándose que por debajo de los 19 puntos hay un claro riesgo de caída que aumenta según desciende la puntuación.

ESCALA DE TINETTI

Evaluación de la marcha y el equilibrio

MARCHA

Instrucciones: El paciente permanece de pie con el examinador, camina por el pasillo o por la habitación (unos 8 metros) a "paso normal" luego regresa a "paso ligero pero seguro".

	PUNTOS
1.Iniciación de la marcha (inmediatamente después de decir que ande).	
Algunas vacilaciones o múltiples para empezar	0
No vacila	1

2.Longitud y altura de peso

PUNTOS

A) Movimiento del pie derecho

No sobrepasa el pie izquierdo con el paso	0
Sobrepasa el pie izquierdo	1
El pie derecho no se separa completamente del suelo con el peso	0
El pie derecho se separa completamente del suelo	1

B) Movimiento del pie izquierdo

No sobrepasa el pie derecho con el paso	0
Sobrepasa el pie derecho	1
El pie izquierdo no se separa completamente del suelo con el peso	0
El pie izquierdo se separa completamente del suelo	1

3.Simetría del paso

PUNTOS

La longitud de los pasos con los pies derecho e izquierdo no es igual	0
La longitud parece igual	1

4.Fluidez del paso

PUNTOS

Paradas entre los pasos	0
Los pasos parecen continuos	1

5.Trayectoria (observar el trazado que realiza uno de los pies durante unos 3 metros)

PUNTOS

Desviación grave de la trayectoria	0
Leve/moderada desviación o uso de ayudas para mantener la trayectoria	1
Sin desviación o ayudas	2

6.Tronco

PUNTOS

Balaneo marcado o uso de ayudas	0
No se balancea pero flexiona las rodillas o la espalda o separa los brazos al caminar	1
No se balancea, no se flexiona, ni otras ayudas	2

7.Postura al caminar

PUNTOS

Talones separados	0
Talones casi juntos al caminar	1

PUNTUACIÓN MARCHA: 12 PUNTUACIÓN TOTAL: 28

ESCALA DE TIME UP AND GO

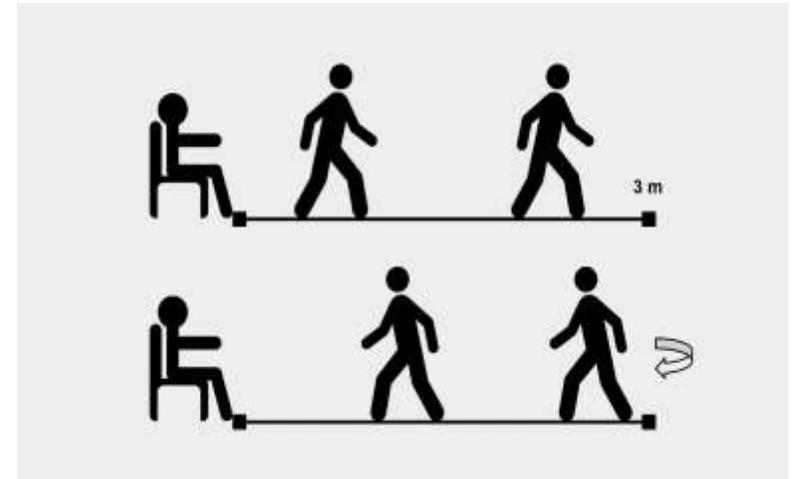
¿Qué es?

El **Timed Up and Go Test**, también conocido como Up and Go cronometrado o simplemente, **TUG**, es una prueba especialmente indicada para medir movilidad y valorar el **riesgo de caídas en personas mayores**. Es tremendamente útil en el ámbito de la **Fisioterapia en Geriatría**.



Putuación:

- Menos de 10 segundos: bajo riesgo de caída.
- Entre 10 y 20 segundos: indica fragilidad (riesgo de caída).
- Más de 20 segundos: Elevado riesgo de caída.



Material y preparación de la prueba

Solo se necesita una **silla**, un **cronómetro** y una **marca en el suelo situada a 3 m de la silla**, (la marca se puede hacer con cinta, o puede ser un cono u objeto que se pueda rodear).

El **tiempo** se comienza a medir cuando el evaluador dice la orden acordada (por ejemplo, preparados, listos, ¡ya!... el tiempo se comenzará a medir al decir el «ya»). El cronómetro se detiene cuando el paciente se sienta (justo cuando el trasero hace contacto con el asiento).

El paciente **empleará su producto de apoyo habitual** (bastón, andador...) y caminará a paso lo más rápido posible (sin correr), caminando a un **paso ligero pero seguro**. Se anotarán observaciones como el producto de apoyo utilizado y otras que puedan resultar útiles.

Bibliografía:

<https://www.sanitas.es/biblioteca-de-salud/tercera-edad/rehabilitacion-tratamientos/escala-tinett>

<https://cuidados20.san.gva.es/documents/16605/2398197/Escala+Tinetti-+escala+de+marcha+y+equilibrio>

<https://tufisio.net/timed-up-and-go-riesgo-caida.html>