

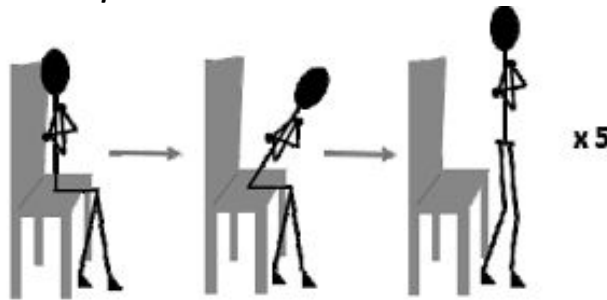


## TESTS SUPPLEMENTAIRES POSSIBLE

### 1) Test du levé de chaise 5 fois : **Chronomètre**

- Le patient se lève de la chaise en ayant les mains croisées sur la poitrine (ou sans l'aide des mains) se rassoit dans la foulée et le refait 5 fois
- Si > à 14 secondes = Possible fragilité motrice

Noter le temps : ..... Secondes



### 2) Questionnaire de la sarcopénie (SARC-F)

<b>Force</b>	Avez-vous des difficultés pour lever et transporter 4,5 kg ?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup ou incapable = 2
<b>Troubles de la marche</b>	Avez-vous des difficultés pour traverser une pièce ?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup ou incapable = 2
<b>Lever d'une chaise</b>	Avez-vous des difficultés pour vous lever d'une chaise?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup, avec aide ou incapable = 2
<b>Montée des escaliers</b>	Avez-vous des difficultés pour monter 10 marches ?	Aucune = 0 Un peu = 1 Beaucoup, avec aide ou incapable = 2
<b>Chutes</b>	Combien de fois êtes-vous tombé dans les 12 derniers mois ?	Pas de chute = 0 1 à 3 chutes = 1 ≥ 4 chutes = 2

Score supérieur à 4 doit faire supposer la présence d'une sarcopénie

Score Total : .....