SARCOPENIA: Escala SARC-F

Categoría: 1 tema en 1 minuto
Publicado: Jueves, 10 Marzo 2022 15:59
Escrito por: Sofia
Visitas: 10235

SARC-F permite evaluar la fuerza muscular a través de un sistema de evaluación y puntuación en el que los pacientes registran su habilidad en 5 parámetros

SARC-F permite evaluar la fuerza muscular a través de un sistema de evaluación y puntuación en el que los pacientes registran su habilidad en 5 parámetros: fuerza, capacidad para caminar, levantarse de una silla, subir unas escaleras y frecuencia de caídas.

Phoca PDF

SARCOPENIA: Escala SARC-F

Categoría: 1 tema en 1 minuto
Publicado: Jueves, 10 Marzo 2022 15:59
Escrito por: Sofia
Visitas: 10235

SARCOPENIA

Escala SARC-F



Fuerza

¿Qué tanta dificultad tiene para llevar o cargar 4.5 kg.?

Ninguna = 0
Alguna = 1
Mucha o incapaz = 2



Asistencia al caminar

¿Qué tanta dificultad tiene para cruzar caminando un cuarto?

Ninguna = 0
Alguna = 1
Mucha, con ayuda o incapaz= 2



Levantarse de una silla

¿Qué tanta dificultad tiene para levantarse de una silla?

Ninguna = 0
Alguna = 1
Mucha o incapaz, sin ayuda= 2



Subir escaleras

¿Qué tanta dificultad tiene para subir 10 escalones?

Ninguna = 0
Alguna = 1
Mucha o incapaz = 2



Caídas

¿Cuántas veces se ha caído en el último año?

Ninguna = 0
1 a 3 caídas = 1
4 o más caídas = 2

Si el puntaje total es ≥ 4 puntos se define como sarcopenia.

Referencia:

Parra-Rodríguez L, Szlejf C, García-González AI, Malmstrom TK, Cruz-Arenas E, Rosas-Carrasco O. Cross-Cultural Adaptation and Validation of the Spanish-Language Version of the SARC-F to Assess Sarcopenia in Mexican Community-Dwelling Older Adults. J Am Med Dir Assoc. 2016;17(12):1142-1146. doi:10.1016/j.jamda.2016.09.008

Phoca PDF

SARCOPENIA: Escala SARC-F

Categoría: 1 tema en 1 minuto
Publicado: Jueves, 10 Marzo 2022 15:59
Escrito por: Sofia
Visitas: 10235

Si te interesa más el tema realizá el Curso Virtual de Sarcopenia.

Conocé más haciendo click aquí



Phoca PDF