



## Échelle de Fragilité

Ce document a pour objectif d'aider à déterminer l'état de santé global d'une personne âgée.

- 
- 1. Très en forme** – Ce sont des personnes robustes, actives, énergiques et motivées. Elles sont autonomes. Elles font régulièrement de l'exercice. Elles sont parmi les plus en forme pour leur âge.
  - 2. En forme** – Ces personnes ne présentent aucun symptôme de maladie chronique, mais elles sont moins robustes, moins énergiques que la catégorie 1. Elles font souvent des exercices ou sont très actives par période, par exemple en fonction des saisons. Elles sont autonomes.
  - 3. Assez en forme** – Ce sont des personnes dont les problèmes médicaux sont bien contrôlés, mais qui ne sont pas régulièrement actives au-delà d'une petite marche quotidienne. Elles sont autonomes.
  - 4. Vulnérables** – Sans être dépendantes des autres pour la gestion de la vie quotidienne, ces personnes ont souvent des symptômes qui les limitent dans leurs activités. Elles se plaignent fréquemment de ralentissement et de fatigue. Elles sont relativement autonomes.
  - 5. Légèrement fragiles** – Ces personnes connaissent souvent un ralentissement évident et ont besoin d'aide dans certaines activités de la vie quotidienne : gérer les finances, utiliser les transports publics, effectuer les grosses tâches ménagères, prendre les médicaments.
  - 6. Modérément fragiles** – Ce sont des personnes qui ont perdu leur autonomie ; elles ont besoin d'aide pour toutes les activités à l'extérieur et pour l'entretien de la maison ou de l'appartement. Elles ont souvent des problèmes pour monter ou descendre les escaliers, ont besoin d'aide pour prendre un bain et s'habiller.
  - 7. Sévèrement fragiles** – Ces personnes sont totalement dépendantes pour les soins personnels, en raison de troubles physiques et/ou cognitifs. Malgré tout, elles semblent stables et elles ne présentent pas un risque élevé de décéder dans les six prochains mois.
  - 8. Très sévèrement fragiles** – Ce sont des personnes totalement dépendantes, dont la fin de vie est proche. Elles seraient incapables de se rétablir, même après une maladie légère.
  - 9. En phase terminale** – Ces personnes approchent de la fin de vie. Elles sont complètement dépendantes. Leur espérance de vie ne dépasse pas les six mois.

---

*D'après K. Rockwood  
Marianna Gawrysiak  
avant-age.ch*