

Berg Balance Scale (BBS - scala dell'equilibrio di Berg)

Paziente: _____ Data: _____

Istruzioni per la compilazione

- Per ogni prova, se il paziente rientra in più descrittori, assegna il punteggio più basso tra quelli applicabili.
- Materiale necessario: cronometro, righello, sgabello/gradino, una sedia con e una senza braccioli, un oggetto da raccogliere da terra.
- La scala valuta l'equilibrio senza ausili: registra la prestazione senza bastone o deambulatore, salvo diversa indicazione clinica.

1. 1. Da seduto a in piedi - Per favore si alzi. Cerchi di non aiutarsi con le mani.

- ☐ Incapace di alzarsi senza aiuto o necessita di assistenza da moderata a massima (0 pt)
- ☐ Necessita di un aiuto minimo per alzarsi o per stabilizzarsi (1 pt)
- ☐ Capace di alzarsi usando le mani dopo diversi tentativi (2 pt)
- ☐ Capace di alzarsi in modo autonomo usando le mani (3 pt)
- ☐ Capace di alzarsi senza usare le mani e di stabilizzarsi in modo autonomo (4 pt)

2. 2. Stazione eretta senza appoggio - Rimanga in piedi per due minuti senza tenersi.

- ☐ Incapace di rimanere in piedi 30 secondi senza appoggio (0 pt)
- ☐ Necessita di diversi tentativi per rimanere in piedi 30 secondi senza appoggio (1 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi 30 secondi senza appoggio (2 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi 2 minuti con supervisione (3 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi in sicurezza per 2 minuti (4 pt)

3. 3. Stazione seduta senza appoggio, piedi a terra - Rimanga seduto con le braccia conserte per due minuti.

- ☐ Incapace di rimanere seduto senza appoggio per 10 secondi (0 pt)
- ☐ Capace di rimanere seduto 10 secondi (1 pt)
- ☐ Capace di rimanere seduto 30 secondi (2 pt)
- ☐ Capace di rimanere seduto 2 minuti con supervisione (3 pt)
- ☐ Capace di rimanere seduto in sicurezza per 2 minuti (4 pt)

4. 4. Da in piedi a seduto - Per favore si sieda.

- ☐ Necessita di assistenza per sedersi (0 pt)
- ☐ Si siede in modo autonomo ma con discesa non controllata (1 pt)
- ☐ Usa la parte posteriore delle gambe contro la sedia per controllare la discesa (2 pt)
- ☐ Controlla la discesa usando le mani (3 pt)
- ☐ Si siede in sicurezza con uso minimo delle mani (4 pt)

5. 5. Trasferimenti - passaggio da una sedia con braccioli a una senza braccioli

- ☐ Necessita di due persone per assistere o supervisionare in sicurezza (0 pt)
- ☐ Necessita di una persona per l'assistenza (1 pt)
- ☐ Capace di trasferirsi con indicazioni verbali e/o supervisione (2 pt)
- ☐ Capace di trasferirsi in sicurezza con evidente bisogno delle mani (3 pt)
- ☐ Capace di trasferirsi in sicurezza con uso minimo delle mani (4 pt)

6. 6. Stazione eretta a occhi chiusi - Chiuda gli occhi e rimanga fermo per 10 secondi.

- ☐ Necessita di aiuto per non cadere (0 pt)
- ☐ Incapace di tenere gli occhi chiusi 3 secondi ma rimane stabile in sicurezza (1 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi 3 secondi (2 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi 10 secondi con supervisione (3 pt)
- ☐ Capace di rimanere in piedi 10 secondi in sicurezza (4 pt)

7. 7. Stazione eretta a piedi uniti - Avvicini i piedi e rimanga fermo senza tenersi.

- ☐] Necessita di aiuto per assumere la posizione e incapace di mantenerla per 15 secondi (0 pt)
- ☐] Necessita di aiuto per assumere la posizione ma capace di rimanere 15 secondi a piedi uniti (1 pt)
- ☐] Capace di unire i piedi in modo autonomo ma incapace di mantenere la posizione per 30 secondi (2 pt)
- ☐] Capace di unire i piedi in modo autonomo e rimanere 1 minuto con supervisione (3 pt)
- ☐] Capace di unire i piedi in modo autonomo e rimanere 1 minuto in sicurezza (4 pt)

8. 8. Raggiungere in avanti con il braccio teso (a braccio esteso a 90°, si misura di quanto avanza)

- ☐] Perde l'equilibrio nel tentativo o necessita di appoggio esterno (0 pt)
- ☐] Si protende in avanti ma necessita di supervisione (1 pt)
- ☐] Si protende in avanti in sicurezza di 5 cm (2 pt)
- ☐] Si protende in avanti in sicurezza di 12 cm (3 pt)
- ☐] Si protende in avanti in sicurezza di 25 cm (4 pt)

9. 9. Raccogliere un oggetto da terra (una pantofola davanti ai piedi) dalla posizione eretta

- ☐] Incapace di provare o necessita di assistenza per non perdere l'equilibrio o cadere (0 pt)
- ☐] Incapace di raccogliere l'oggetto e necessita di supervisione nel tentativo (1 pt)
- ☐] Incapace di raccogliere l'oggetto ma arriva a 2-5 cm mantenendo l'equilibrio in modo autonomo (2 pt)
- ☐] Capace di raccogliere l'oggetto ma necessita di supervisione (3 pt)
- ☐] Capace di raccogliere l'oggetto in sicurezza e con facilità (4 pt)

10. 10. Girarsi per guardare dietro le spalle, da entrambi i lati, restando in piedi

- ☐] Necessita di assistenza per non perdere l'equilibrio o cadere (0 pt)
- ☐] Necessita di supervisione nel girarsi (1 pt)
- ☐] Si gira solo lateralmente ma mantiene l'equilibrio (2 pt)
- ☐] Guarda dietro da un solo lato; dall'altro lato mostra un minor trasferimento del peso (3 pt)
- ☐] Guarda dietro da entrambi i lati con buon trasferimento del peso (4 pt)

11. 11. Girarsi di 360° - Compia un giro completo su se stesso, si fermi, poi giri nell'altro senso.

- ☐] Necessita di assistenza mentre si gira (0 pt)
- ☐] Necessita di supervisione ravvicinata o indicazioni verbali (1 pt)
- ☐] Capace di girare di 360° in sicurezza ma lentamente (2 pt)
- ☐] Capace di girare di 360° in sicurezza da un solo lato in 4 secondi o meno (3 pt)
- ☐] Capace di girare di 360° in sicurezza in 4 secondi o meno (4 pt)

12. 12. Appoggiare alternativamente i piedi su uno sgabello/gradino (8 appoggi)

- ☐] Necessita di assistenza per non cadere o incapace di provare (0 pt)
- ☐] Capace di completare più di 2 appoggi con aiuto minimo (1 pt)
- ☐] Capace di completare 4 appoggi senza aiuto ma con supervisione (2 pt)
- ☐] Capace di stare in piedi in modo autonomo e completare 8 appoggi in più di 20 secondi (3 pt)
- ☐] Capace di stare in piedi in modo autonomo e sicuro e completare 8 appoggi in 20 secondi (4 pt)

13. 13. Stazione eretta con un piede davanti all'altro (posizione in tandem)

- ☐] Perde l'equilibrio nel fare il passo o nello stare in piedi (0 pt)
- ☐] Necessita di aiuto per fare il passo ma riesce a mantenere la posizione 15 secondi (1 pt)
- ☐] Capace di fare un piccolo passo in modo autonomo e mantenerlo 30 secondi (2 pt)
- ☐] Capace di mettere un piede davanti all'altro in modo autonomo e mantenere 30 secondi (3 pt)
- ☐] Capace di mettere un piede in tandem in modo autonomo e mantenere 30 secondi (4 pt)

14. 14. Stazione eretta su un solo arto (in appoggio monopodalico)

- ☐] Incapace di provare o necessita di aiuto per non cadere (0 pt)
- ☐] Tenta di sollevare l'arto, incapace di mantenere 3 secondi ma rimane in piedi in modo autonomo (1 pt)
- ☐] Capace di sollevare l'arto in modo autonomo e mantenere almeno 3 secondi (2 pt)
- ☐] Capace di sollevare l'arto in modo autonomo e mantenere 5-10 secondi (3 pt)

[] Capace di sollevare l'arto in modo autonomo e mantenere più di 10 secondi (4 pt)

Punteggio totale: _____

Interpretazione:

0-20: Livello funzionale: nella descrizione originale, equilibrio gravemente compromesso, tipicamente dipendente dalla carrozzina

21-40: Livello funzionale: cammino con assistenza

41-56: Livello funzionale: cammino autonomo

Compilalo online con punteggio automatico: <https://tools.dottai.it/scale-valutazione/berg-balance-scale/>

Offerto da DottAI - Il gestionale per professionisti sanitari - www.dottai.it