

## Bilan APA – Formulaire

Bilan réalisé par l'examineur(-trice) : (Nom, prénom)	
En date du :	
Motif de la demande :	<input type="checkbox"/> KCE <input type="checkbox"/> Demande de bilan APA non spécifique <input type="checkbox"/> Autre
Bilan	<input type="checkbox"/> Pré-APA <input type="checkbox"/> Post-APA
Nom :	
Prénom :	
Date de naissance :	
Numéro National :	
Sexe :	<input type="checkbox"/> F <input type="checkbox"/> M    ou <input type="checkbox"/> X
Taille :	cm
Poids :	kilos
IMC :	
Situation Familiale :	<p><b>État civil :</b></p> <input type="checkbox"/> Célibataire <input type="checkbox"/> En couple <input type="checkbox"/> Marié(e) <input type="checkbox"/> En collocation <input type="checkbox"/> Autre
	<p><b>Enfant(s) :</b></p> <input type="checkbox"/> 1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/> 3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/> 5 <input type="checkbox"/> 6 ou +

Habitudes/hygiène de vie :	
Antécédents :	
Fréquence cardiaque au repos : Fréquence cardiaque max : $207 - (0,7 \times \text{Âge})$ :	
Êtes-vous à risque de chutes ou de déséquilibres ?	

## Questionnaires

### 1. Q-AAP :

- Question 1 :  OUI  NON
- Question 2 :  OUI  NON
- Question 3 :  OUI  NON
- Question 4 :  OUI  NON
- Question 5 :  OUI  NON
- Question 6 :  OUI  NON
- Question 7 :  OUI  NON
- 

Résultats :

### 2. EQ-5D

**Résultats pour les différentes rubriques :**

- Mobilité : score de 1 à 5 : ....
- Autonomie : score de 1 à 5 : .....
- score de 1 à 5 : .....
- score de 1 à 5 : .....
- score de 1 à 5 : .....

**Score Échelle Visuelle Analogique de 1 à 100 : .....**

**Coefficient obtenu entre 0 et 1 : .....**

### 3. Questionnaire de Marshall

<p>Combien de fois par semaine faites-vous 20 minutes d'activité physique intense par semaine au point de transpirer ou de haleter ?</p> <p>Par exemple : Jogging, pot de charge lourde, aérobic ou cyclisme à allure rapide, ...</p>	<p><input type="checkbox"/> Plus de 3 fois par semaine      SCORE : 4</p> <p><input type="checkbox"/> 1 à 2 fois par semaine      SCORE : 2</p> <p><input type="checkbox"/> Jamais      SCORE : 0</p>
<p>Combien de fois par semaine faites-vous 30 minutes d'activité physique modérée, ou de la marche, qui augmente votre fréquence cardiaque ou qui vous fait respirer plus fort que normalement ?</p> <p>Par exemple : Tondre la pelouse, porter des charges légères, faire du vélo à allure modérée ou jouer du tennis en double, ...</p>	<p><input type="checkbox"/> Plus de 5 fois par semaine      SCORE : 4</p> <p><input type="checkbox"/> 3 à 4 fois par semaine      SCORE : 2</p> <p><input type="checkbox"/> 1 à 2 fois par semaine      SCORE : 1</p> <p><input type="checkbox"/> Jamais      SCORE : 0</p>

## Les tests standardisés

### 1. Le Test unipodal

*Demander à la personne de rester en appui sur 1 pied sans aide pendant 5 secondes.*

- Pied droit :  Oui     Non     Non réalisable
- Pied gauche :  Oui     Non     Non réalisable

### 2. Sit to stand = test du lever de chaise

Demander au participant de se lever 5 fois et chronométrer :

Résultats :

### 3. Test de préhension (Jamar) :

- BMI :
- Test 1 :        kg
- Test 2 :        kg
- Test 3 :        kg

Moyenne :        kg

### 4. Sit and reach test :

Résultat :        cm

### 5. Chair sit and reach test :

Score :

- Côté Gauche :    cm
- Côté Droit :     cm

### 6. Le Up and Go test

*Inviter la personne à :*

- Se lever d'un fauteuil avec accoudoirs :  Fait (1)     Ne fait pas (0)     Non réalisable
- Traverser la pièce (distance = 3 mètre) :  Fait (1)     Ne fait pas (0)     Non réalisable
- Faire demi-tour :  Fait (1)     Ne fait pas (0)     Non réalisable
- Revenir s'asseoir :  Fait (1)     Ne fait pas (0)     Non réalisable
- Temps nécessaire :        secondes.
- Score :        /4

## **7. Test de marche de 6 minutes :**

Mesures avant le départ :

- Tension Artérielle :
- Saturation en Oxygène :
- Niveau de dyspnée (échelle de Borg) :
- Nombre de pulsation cardiaque par minute :

Pendant le test :

- 2<sup>è</sup>min : distance (m) : ... ; FC : .... ; SPO2 : ...  
Remarque :
- 4<sup>è</sup>min : distance (m) : ... ; FC : .... ; SPO2 : ...  
Remarque :
- 6<sup>è</sup>min : distance (m) : ... ; F C : .... ; SPO2 : ... ;  
Niveau de dyspnée :  
Remarque :

**Distance totale parcourue : .....**

Après le test :

- Temps nécessaire pour retrouver les valeurs initiales (SPO2 et FC) : ..... sec

## **8. Vitesse sur 4 mètres**

Temps: ..... secondes

**Commentaire de l'examineur**