MON #2002

Berg Balance Scale / Échelle de Berg

GRIMN
Groupe de recherche interdisciplinaire sur les maladies neuromusculaires

- Toujours relire le SOP avant de débuter l'administration de l'outil de mesure
- Toujours lire les instructions du SOP textuellement au ou à la participant·e
- Ne jamais modifier la procédure ou les instructions (un test modifié est non valide/non complété)
- Toujours aviser le ou la coordonnateur·trice si vous avez un doute ou une question sur le SOP

Description

L'échelle de Berg évalue l'équilibre et identifie le niveau de risque de chute. Cette échelle ordinale à cinq niveaux (0 à 4) contient 14 items et le résultat total maximal varie de 0 (atteinte maximale) à 56 (aucune atteinte détectée). Cette échelle générique évalue diverses dimensions de l'équilibre, dont les suivantes : maintenir plusieurs positions, avoir des réponses posturales automatiques lors des changements de posture ou de mouvements volontaires des membres, et produire des réactions d'équilibre et de protection efficaces.

Matériel



☐ Règle de 30 centimètres	☐ Marchepied ou tabouret (hauteur : 15 à 19,5 cm)
☐ Chronomètre	☐ Boîte de mouchoir
☐ Chaise sans accoudoir d'une hauteur de 43 à 46 cm (ou lit de physiothérapie ajusté à cette hauteur)	☐ Chaise avec des accoudoirs d'une hauteur de 43 à 46 cm
☐ Ceinture de marche	

Préparation du matériel

☐ Disposez le matériel dans la salle d'évaluation. Assurez-vous que la hauteur des chaises ou du lit soit adéquate.

Préparation du participant

☐ Le participant doit porter des vêtements confortables et des chaussures appropriées pour la marche.

☐ Si le participant porte des chaussures inappropriées, qui pourraient affecter la réalisation de l'évaluation, il est possible d'effectuer l'évaluation avec les pieds nus et l'évaluateur doit l'inscrire sur la feuille de cotation.

☐ Les orthèses portées pendant le test doivent être inscrites sur la feuille de cotation. Les mêmes orthèses doivent être utilisées lors des visites subséquentes pour une même collecte de données.

☐ L'utilisation d'une aide à la marche n'est pas autorisée dans cette échelle.

Précisions pour la réalisation du test

☐ L'évaluateur doit mettre une ceinture de marche au participant avant le début du test.

☐ L'évaluateur doit rester près du participant durant les tests. Évitez de parler avec le participant durant les tâches.

☐ L'évaluateur doit inscrire la performance du participant sur une échelle de 5 niveaux (0 à 4), 0 indiquant le plus bas niveau fonctionnel et 4 le plus élevé.

☐ En cas d'hésitation entre deux cotes, la cote la plus basse doit être assignée.

Réalisation du test

Démonstration

L'évaluateur peut faire une démonstration si nécessaire.

Pratique

Aucune pour le participant.

Précisions pour la cotation et la réalisation de quelques items

1. Pour l'item #11, le participant peut débuter la tâche en effectuant un tour dans le sens de son choix.
2. Pour les items # 13 et 14, le participant peut choisir le membre inférieur utilisé pour réaliser la tâche.
3. Pour l'ensemble des items, le participant réalise la tâche qu'une seule fois. Toutefois, il peut effectuer un deuxième essai si l'évaluateur juge que la consigne semble avoir été mal comprise ou que la performance n'était pas maximale.

Étapes de réalisation

Voici les consignes à donner au participant, ainsi que la description de chacune des cotes pour chacun des items :

1) PASSER DE LA POSITION ASSISE À DEBOUT

Consignes : Veuillez-vous lever en essayant de ne pas vous aider d'un appui avec les mains

(4) Peut se lever sans l'aide de ses mains et garder son équilibre

(3) Peut se lever seul avec l'aide de ses mains

(2) Peut se lever en s'aidant de ses mains, après plusieurs tentatives

(1) Besoin d'un peu d'aide pour se lever ou garder l'équilibre

(0) Besoin d'une aide modérée ou importante pour se lever

2) SE TENIR DEBOUT SANS APPUI

Consignes : Essayer de rester debout 2 minutes sans appui



(4) Peut rester debout sans danger pendant 2 min

(3) Peut tenir debout pendant 2 min avec surveillance

(2) Peut tenir debout pendant 30 s sans appui avec surveillance

(1) Doit faire 3 essais pour tenir debout 30 s sans prendre appui

(0) Incapable de rester debout 30 s sans aide

* Si le participant est capable de rester debout sans appui pour 2 minutes, passez directement à l'item 4 et donnez le score maximal pour l'item 3.

3) SE TENIR ASSIS, SANS APPUI AU TRONC, PIEDS AU SOL OU SUR UN TABOURET

Consigne : Assoyez-vous avec les bras croisés pour 2 minutes



(4) Peut rester assis(e) 2 min sans danger

(3) Peut rester assis(e) 2 min avec surveillance

(2) Peut rester assis(e) 30 s avec surveillance

(1) Peut rester assis(e) 10 s avec surveillance

(0) Incapable de rester assis(e) sans appui 10 s

4) PASSER DE LA POSITION DEBOUT À ASSISE

Consigne : Veuillez-vous asseoir

(4) Peut s'asseoir correctement en s'aidant légèrement des mains

(3) Contrôle la descente avec les mains

(2) Contrôle la descente avec le derrière des jambes sur la chaise

(1) S'assoit sans aide, mais ne contrôle pas la descente

(0) A besoin d'aide pour s'asseoir

5) TRANSFERT (Placez les chaises pour un transfert pivot)

Consignes : Faites d'abord un transfert de la chaise sans accoudoirs ou du lit d'évaluation vers la chaise avec accoudoir et revenez ensuite sur la chaise sans accoudoirs.

(4) Exécute sans difficulté, en s'aidant un peu des mains

(3) Exécute sans difficulté, en s'aidant beaucoup des mains

(2) Exécute avec des consignes verbales et/ou surveillance

(1) A besoin d'être aidé par quelqu'un

(0) Abesoin de l'aide/surveillance de deux personnes afin d'être sécuritaire

6) SE TENIR DEBOUT SANS APPUI AVEC LES YEUX FERMÉS

Consignes : Fermez les yeux et restez immobile 10 secondes.



(4) Peut se tenir debout sans appui pendant 10 s sans danger

(3) Peut se tenir debout pendant 10 s avec surveillance

(2) Peut se tenir debout pendant 3 s

(1) Incapable de fermer les yeux plus de 3 s mais garde l'équilibre

(0) A besoin d'aide pour ne pas tomber

7) SE TENIR DEBOUT SANS APPUI AVEC LES PIEDS JOINTS



Consignes : Placez vos pieds ensemble et rester debout sans appui.

(4) Peut joindre les pieds sans aide et rester 1 min sans danger

(3) Peut joindre les pieds sans aide et rester 1 min avec surveillance

(2) Peut joindre les pieds sans aide et rester debout moins de 30 s

(1) A besoin d'aide pour joindre les pieds mais peut tenir 15 s

(0) A besoin d'aide et ne peut tenir plus de 15 s

8) DÉPLACEMENT VERS L'AVANT BRAS ÉTENDU EN POSITION DEBOUT

L'évaluateur place la règle à l'extrémité des doigts, lorsque le bras du participant est à 90°. Les doigts du participant ne doivent pas toucher à la règle lorsqu'il se penche vers l'avant. L'évaluateur mesure la distance vers l'avant que l'extrémité des doigts atteint lorsque le participant est dans la position la plus avancée. Si possible, le participant lève ses deux bras afin d'éviter une rotation du tronc.

Consignes : Levez-le(s) bras à 90°. Étendez les doigts et allez le plus loin possible vers l'avant.

(4) Peut se pencher sans danger, 25 cm et plus

(3) Peut se pencher sans danger, 12 cm et plus, moins que 25 cm

(2) Peut se pencher sans danger, 5 cm et plus, moins que 12 cm

(1) Peut se pencher mais avec surveillance

(0) A besoin d'aide pour ne pas tomber

9) RAMASSER UN OBJET AU SOL EN POSITION DEBOUT

L'évaluateur place un objet (e.g. boîte de mouchoirs) ou une chaussure devant les pieds du participant.

Consigne : Ramassez un objet ou votre chaussure qui est devant vos pieds.

(4) Peut ramasser l'objet facilement et sans danger

(3) Peut ramasser l'objet mais avec surveillance

(2) Ne peut ramasser l'objet, s'arrête à 2-5 cm de la chaussure et garde l'équilibre

(1) Ne peut ramasser l'objet, a besoin de surveillance

(0) Incapable d'essayer l'exercice ou a besoin d'aide pour ne pas tomber

10) SE RETOURNER POUR REGARDER PAR-DESSUS L'ÉPAULE GAUCHE ET L'ÉPAULE DROITE EN POSITION DEBOUT

L'évaluateur peut utiliser un objet afin d'orienter le regard du participant pour faciliter la rotation.

Consignes : Retournez-vous et regardez directement derrière vous par-dessus votre épaule gauche, puis la droite.

(4) Se retourne des deux côtés, bon déplacement du poids

(3) Se retourne d'un côté seulement, mauvais déplacement du poids de l'autre côté

(2) Se retourne de profil seulement en gardant son équilibre

(1) A besoin de surveillance

(0) A besoin d'aide pour ne pas tomber

11) PIVOTER SUR PLACE 360°

L'évaluateur chronomètre le temps requis pour faire chaque tour.

Consignes : Faites un tour complet de 360°, arrêtez, puis, faites un autre tour complet de l'autre côté.

(4) Peut tourner 360° sans danger de chaque côté, en moins de 4 s

(3) Peut tourner 360° sans danger d'un seul côté, en moins de 4 s

(2) Peut tourner 360° sans danger mais lentement

(1) A besoin de surveillance ou de directives verbales

(0) A besoin d'aide pour ne pas tomber



12) DEBOUT SANS APPUI, PLACEMENT ALTERNATIF D'UN PIED SUR UNE MARCHE (HAUTEUR : 15 ET 20 CM – 6 À 8 POUCES) OU UN TABOURET

Consigne : Placez en alternance un pied sur la marche ou un tabouret. Continuez jusqu'à ce que chaque pied ait touché le tabouret au moins 4 fois.

(4) Peut tenir sans appui, sans danger et toucher 8 fois en 20 s

(3) Peut tenir debout sans appui et toucher 8 fois en plus de 20 s

(2) Peut toucher 4 fois sans aide et avec surveillance

(1) Ne peut toucher plus de 2 fois a besoin d'aide

(0) A besoin d'aide pour ne pas tomber, ne peut essayer l'exercice



13) SE TENIR DEBOUT SANS APPUI, UN PIED DEVANT L'AUTRE

L'évaluateur fait une démonstration de la position tandem.

Consigne : Placez un pied directement devant l'autre, le talon en contact avec les orteils de l'autre jambe. Si vous sentez que vous ne pouvez pas placer votre pied directement devant l'autre, faites un grand pas pour que le talon de votre pied avant soit devant les orteils de l'autre pied.

* Pour obtenir la cote 3, la longueur du pas devra excéder la longueur de l'autre pied et l'écart entre les pieds devra correspondre à la largeur d'un pas normal du participant.



(4) Peut placer un pied directement devant l'autre sans aide et tenir 30 sec.

(3) Peut faire un grand pas sans aide et tenir la position 30 s

(2) Peut faire un petit pas sans aide et tenir la position 30 s

(1) A besoin d'aide pour faire un petit pas, mais peut tenir 15 s

(0) Perd l'équilibre en faisant un pas ou en essayant de se tenir debout

14) SE TENIR DEBOUT SANS APPUI SUR UNE JAMBE



Consignes : Tenez debout sur une seule jambe, aussi longtemps que possible, sans appui.

(4) Peut lever une jambe sans aide et tenir plus de 10 s

(3) Peut lever une jambe sans aide et tenir de 5 à 10 s

(2) Peut lever une jambe sans aide et tenir 3 s ou plus

(1) Essaie de lever la jambe, ne peut tenir 3 s, mais reste debout sans aide

(0) Ne peut essayer l'exercice, a besoin d'aide pour ne pas tomber,

Essai(s)

L'évaluation de l'échelle est réalisée qu'une seule fois.

Résultats

Un résultat total sur 56 est calculé en additionnant la cote des 14 items.

References

1. BOGLE THORBAHN, L.D., et R.A. NEWTON. (1996). « Use of the Berg Balance Test to Predict Falls in Elderly Persons ». Physical Therapy, 76(6) : 576-83.
2. Berg KO, Wood-Dauphinee SL, Williams JI, Maki B. Measuring balance in the elderly: validation of an instrument. Can J Public Health. 1992 Jul-Aug;83 Suppl 2:S7-11. PMID: 1468055.
3. Berg KO, Maki BE, Williams JI, Holliday PJ, Wood-Dauphinee SL. Clinical and laboratory measures of postural balance in an elderly population. Arch Phys Med Rehabil. 1992 Nov;73(11):1073-80. PMID: 1444775.
4. SHUMWAY-COOK, A., M. BALDWIN, N.L. POLISSAR et W. GRUBER. (1997). « Predicting the probability for falls in community-dwelling older adults ». Physical Therapy. 77(8) : 812-19.