

Anexo 2. Evaluación Funcional del Adulto Mayor (EFAM) (MINSAL, 2003). EFAM-Chile PARTE A

Discrimina entre Autovalente y Dependiente

INSTRUCCIONES	ITEM	PUNTAJE
1. ¿Puede bañarse o ducharse?	Puede bañarse o ducharse	
	Incapaz	0
	Con alguna ayuda	3
	Sin ayuda	6
2. ¿Es Ud. capaz de manejar su propio dinero?	Es capaz de manejar su propio dinero	
	Incapaz	0
	Con alguna ayuda	3
	Sin ayuda	6
3. ¿Puede Ud. tomar sus propios medicamentos?	Puede usted tomar sus propios medicamentos	
	Incapaz	0
	Con alguna ayuda	3
	Sin ayuda	6
4. ¿Prepara Ud. su comida?	Preparación de la comida	
	Es incapaz de...	0
	Con alguna ayuda	3
	Sin ayuda	6
5. ¿Puede hacer las tareas de la casa?	Puede hacer las tareas de la casa	
	Es incapaz de ...	0
	Lo hace con alguna ayuda	3
	Lo hace sin ayuda	6
6. Aplique Minimental Abreviado. Indique con un círculo en columna izquierda el puntaje obtenido. Marque la ponderación correspondiente (misma línea), en columna derecha.	MMSE	
	>13	0
	13 a 14	3
	15 a 17	4
	18 a 19	6
7. Escolaridad. Pregunte por los años de escolaridad cumplidos	Años de escolaridad	
	0 a 1	0
	2 a 3	1
	4 a 5	2
	6 a 8	3
	8 a 10	4
	11 a 12	5
	13 ó más	6
8. La persona adulta mayor de pie intentará tomar un objeto realizando máxima extensión de brazos sobre su cabeza.	Con los brazos extendidos lo máximo posible sobre los hombros , tomar con ambas manos un objeto	
	No lo logra	0
	Presenta dificultad con ambas manos para lograrlo	2
	Lo logra sin dificultad con una mano	4
	Lo logra sin dificultad con ambas manos	6
9. En posición de pie, encúcllese, tome el objeto desde suelo.	De pie y derecho, agáchese, tomar un objeto desde el suelo y levantarse	
	Le cuesta mucho ponerse en cuclillas o no lo logra	0
	Se encucilla bien pero tiene dificultad para tomar el objeto y levantarse	2
	Se encucilla y toma el objeto sin dificultad, pero le cuesta levantarse espontáneamente	4

INSTRUCCIONES	ITEM	PUNTAJE
	Se encucilla y toma el objeto y se levanta sin dificultad	6
TOTAL		

PARTE B

Discrimina entre Autovalente con y sin riesgo

INSTRUCCIONES	ITEM	PUNTAJE
1. Tomar la presión arterial. Los medicamentos deben ser los indicados por el médico tratante	Presión arterial	
	PA normal, sin antecedentes HTA	13
	PA normal, con diagnóstico previo, en control y con medicamentos	13
	PA normal, con diagnóstico previo, sin control pero con medicamentos	9
	PA normal, con diagnóstico previo, con o sin control y sin medicamentos	6
	PA elevada, sin antecedentes HTA	3
	PA elevada y con diagnóstico previo, con o sin control o sin medicamentos.	0
2. ¿Tiene Ud. diagnóstico de diabetes? Los medicamentos deben ser los indicados por el médico tratante	Diabetes	
	Sin diabetes	13
	Diagnosticada, en control y con medicamentos	6
	Diagnosticada, sin control o sin medicamentos	3
	Diagnosticada, sin control y sin medicamentos	0
3. ¿Lee Ud. diario, revista o libro?	Lee diario, revista o libro	
	Casi nunca o nunca	0
	De vez en cuando	2
	Una vez por semana	5
	2 o 3 veces por semana	7
	Todos los días	9
4. Copie puntaje de MMSE aplicado.	MMSE	
	13 a 14	5
	15 a 18	7
	19	9
5. ¿En el último mes se ha sentido deprimido(a) o “bajoneado” (a) que nada logra animarlo?	En el último mes se ha sentido deprimido	
	Casi todo el tiempo	0
	Bastante seguido	2
	Casi nunca	7
	Nunca	9
6. En el último mes, ¿se ha sentido Ud. muy nervioso, ansioso o angustiado? Marque una sola alternativa.	En el último mes se ha sentido nervioso o angustiado	
	Casi todo el tiempo	0
	Bastante seguido	2
	Casi nunca	7
	Nunca	9
INSTRUCCIONES	ITEM	PUNTAJE
TOTAL		

Instrucciones para la Aplicación de EFAM-Chile

Al inicio de la aplicación de EFAM se debe tomar la presión arterial de la persona adulta mayor. Las preguntas 1 a 5, apuntan a la posibilidad de realizar las actividades de la vida diaria. La importancia aquí reside en detectar capacidad de ejecutar la acción más que ejecución misma de ella.

PARTE A

1. Puede bañarse o ducharse

- Se pregunta a la persona si actualmente puede bañarse solo (a)
- En el ámbito rural, ya que no siempre existe ducha o tina, se realiza la equivalencia a lavarse por sí solo.
- Puntuación 6 significa sin ayuda de otra persona

2. Es capaz de manejar su propio dinero

- La pregunta se orienta a evaluar la capacidad de la persona para manejar el dinero, aun cuando sea un familiar el que lo haga.
- Se asignan 3 puntos cuando la persona tiene fallas de memoria, pero aún es capaz de planificar el uso del dinero.
- Se asignan 6 puntos cuando la persona conoce el valor del dinero y es capaz de planificar sus gastos del mes.
- En la situación que una tercera persona cobre la jubilación por razones de seguridad, debe igual preguntarse por la capacidad de manejar el dinero.

3. Puede usted tomar sus medicamentos

- Se considera que la persona obtiene puntaje 6, cuando sabe para tratar que enfermedad toma el medicamento y además, cuando puede tomar sus medicamentos de acuerdo a dosis y horario indicado.

4. Preparación de la comida

- El puntaje es 6 cuando la persona es capaz de idear y elaborar la comida.
- Si la persona adulta mayor no cocina porque alguien provee la comida, es necesario indagar si podría hacer la comida si tuviera que hacerla. En este caso se evalúa con 6 puntos.
- Si la persona colabora en la preparación de la comida, porque no es capaz de hacerlo sola (o) se califica con puntaje 3.
- Es necesario tener en cuenta que para el caso de los hombres, que probablemente no han sido entrenados ni realizan esta actividad, lo que se está midiendo es su capacidad de preparar alimento en la eventualidad que éste no sea provisto.

5. Puede hacer las tareas de la casa

- El puntaje es 6 cuando la persona es capaz de idear y realizar las tareas de la casa.
- Si la persona adulta mayor no realiza las tareas de la casa, porque alguien más las realiza, es necesario indagar si podría hacerlas. En este caso se evalúa con 6 puntos.
- Si la persona colabora en la mantención de las tareas de casa, porque no es capaz de hacerlo sola (o) se califica con puntaje 3.
- Es necesario tener en cuenta que para el caso de los hombres, que probablemente no han sido entrenados ni realizan esta actividad, lo que se está midiendo es su capacidad de desarrollar estas tareas, en caso que ellas no sean realizadas por un tercero.

Las preguntas 6 y 7 apuntan a estado cognitivo actual y reserva cognitiva adquirida a través de la educación formal.

6. Mini-Mental: Aplicar evaluación cognitiva (MMSE abreviado), que está al final de parte B de EFAM.

- Evalúa la orientación temporal y espacial de la persona mayor a través del conocimiento del mes, día del mes, año y día de la semana. Se contabiliza cada respuesta correcta con 1 punto.
- Evalúa la memoria a corto plazo a través de recordar 3 palabras, se le asigna un punto por cada respuesta correcta, total 3 puntos. Estas tres palabras se pueden repetir hasta cinco veces. Recuerde consignar las veces que repitió.
- Es importante que quien aplique el test no cambie las palabras: árbol, mesa, avión, por otras.
- Evalúa atención, concentración, abstracción, comprensión, memoria e inteligencia. La instrucción se entrega una sola vez: "le voy a nombrar unos números, usted debe repetirlos de atrás para adelante"
- El puntaje de esta pregunta está dado por la mantención de la serie de los números impares, aun cuando la persona adulta mayor omita o reemplace un número; por ejemplo:
 - 9-7-5-3-1= 5 puntos
 - 9-8-5-3-1= 4 puntos
 - 9-7-4-2-1= 2 puntos
 - 9-5-3-1= 4 puntos
 - Otras combinaciones
- Evalúa la capacidad ejecutiva, es decir, la capacidad de seguir instrucciones. En esta prueba, la instrucción debe ser entregada en forma lenta, pausada y de una sola vez. Se asignan tres puntos, un punto por cada acción realizada correctamente.
- Evalúa memoria a largo plazo. "Hace un momento le solicité que recordara 3 palabras, repítalas en cualquier orden". Se asigna un punto por cada respuesta correcta, no importando el orden.
- Evalúa la capacidad viso constructiva. Cuando esta capacidad está alterada, la persona adulta mayor debe ser derivada urgente a médico por sospecha de un estado confusional agudo.
- Quien aplica el test debe presentar a la persona adulta mayor un dibujo con los círculos que convergen en tamaño grande.

El puntaje total de la aplicación del MMSE es 19 puntos: Se considera alterado si el puntaje es menor de 13 puntos.

7. Años de escolaridad

Los años de escolaridad corresponden a los realizados en forma continua en la educación formal. Se considera años de escolaridad a los realizados en forma completa. No se contabilizan los años de capacitación o regularización de estudios en etapa adulta. La escolaridad, factor no modificable en la vejez, es importante en dos grandes sentidos. El primero es que la educación instala a temprana edad, un desarrollo de la función cognitiva, lo que a su vez constituye la reserva cognitiva en la vejez. Lo segundo tiene que ver con la estrechez de posibilidades de lograr una buena inserción en el mercado laboral y de este modo obtener buenos ingresos, y posteriormente una buena jubilación. Podemos apreciar que falta de educación y fragilidad en la vejez van de la mano.

Las preguntas 8 y 9 miden funcionalidad del tren superior e inferior.

8. Con los brazos extendidos al máximo posible sobre los hombros, tomar con ambas manos un objeto.

- Quien aplica el test debe demostrar la acción al momento del examen.
- Se solicita que la persona adulta mayor se ponga de pie con los pies levemente separados.
- Se solicita que la persona extienda ambos brazos sobre la cabeza lo que más pueda.
- Se pasa un objeto (siempre el mismo objeto, ejemplo, un plumón) a la altura de la mayor extensión de los brazos.
- El objeto debe tomarlo con ambas manos
- La persona tiene puntaje 0 cuando al hacer la extensión de ambos brazos, no logra el rango articular del hombro completo
- Tiene puntaje 2 cuando al hacer la extensión de ambos brazos, logra el rango articular de hombro completo, pero no toma el objeto con ambas manos.
- Tiene puntaje 4 cuando logra el rango articular de hombro completo y toma el objeto con una sola mano.
- Tiene puntaje 6 cuando logra el rango articular de hombro completo y toma el objeto con ambas manos.

9. En posición de pie, encuclílese, tome el objeto desde el suelo y levántese

- Quien aplica el test debe demostrar la acción al momento del examen.
- Se solicita que la persona adulta mayor se ponga de pie con los pies levemente separados. La persona adulta mayor debe estar al lado de una silla o mesa para apoyarse en caso necesario.
- Se solicita que la persona realice flexión completa de rodilla y cadera.
- Si la persona adulta mayor realiza la flexión completa, se solicita tomar el objeto (siempre el mismo objeto, ejemplo, un plumón) desde el suelo con una mano.
- La persona tiene puntaje 0 cuando no logra la flexión completa de rodilla y cadera.
- La persona tiene puntaje 2 cuando solamente realiza la flexión de rodilla y cadera y no logra tomar el objeto del suelo.

- La persona tiene puntaje 4 cuando realiza la flexión completa, toma el objeto desde el suelo, pero requiere apoyo para levantarse.
- La persona tiene puntaje 6 cuando realiza flexión completa, toma el objeto desde el suelo y se levanta sin apoyo.

Si el puntaje suma menor o igual a 42, la persona es calificada en **riesgo de dependencia**. Si la persona adulta mayor fue calificada en riesgo de dependencia, debe ser derivada a médico para diagnosticar y tratar los factores de riesgo de pérdida de funcionalidad pesquisados.

Si el puntaje es mayor o igual a 43 la persona es calificada como autovalente.

Si la persona de 65 años y más fue calificada como **autovalente**, debe aplicar la **Parte B del Instrumento que discrimina entre autovalente con o sin riesgo**.

PARTE B

Las preguntas 1 y 2, apuntan al riesgo cardiovascular

1. Presión Arterial

- La presión arterial debe ser tomada al inicio de la aplicación del EFAM
- Se considera presión alterada cuando la presión sistólica es de a 140 mm Hg o más y/o presión diastólica de 90 mm Hg o más.

2. Diabetes Mellitus

- Se aplican las alternativas descritas en el instrumento.

Las preguntas 3 y 4 se refieren al estado cognitivo actual

3. Lee diarios, revista o libros

- Se aplican las alternativas descritas en el instrumento.
- No se considera lectura diaria, el leer titulares de diarios o revistas.

4. MMSE

- Se repite el puntaje obtenido en la parte A

Las preguntas 5 y 6 apuntan a sospecha de depresión y ansiedad.

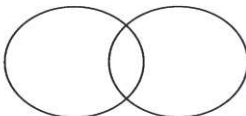
5. En el último mes se ha sentido deprimido

- Es importante que el evaluador sitúe la persona adulta mayor en los últimos 30 días.

6. En el último mes se ha sentido nervioso o angustiado.

Es importante que el evaluador sitúe la persona adulta mayor en los últimos 30 días.

EVALUACION COGNITIVA (MMSE ABREVIADO)

<p>1. Por favor, dígame la fecha de hoy.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Sondee el mes, el día del mes, el año y el día de la semana</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Anote un punto por cada respuesta correcta</p> </div>	<p style="text-align: center;">BIEN MAL N.S N.R</p> <table style="width: 100%;"> <tr> <td>Mes</td> <td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>Día mes</td> <td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>Año</td> <td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> <tr> <td>Día semana</td> <td></td><td></td><td></td><td></td> </tr> </table> <p>N.S = No sabe N.R = No responde</p> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p>	Mes					Día mes					Año					Día semana				
Mes																					
Día mes																					
Año																					
Día semana																					
<p>2. Ahora le voy a nombrar tres objetos. Después que se los diga, le voy a pedir que repita en voz alta los que recuerde, en cualquier orden. Recuerde los objetos porque se los voy a preguntar más adelante. ¿Tiene alguna pregunta que hacerme?</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Explique bien para que el entrevistado entienda la tarea. Lea los nombres de los objetos lentamente y a ritmo constante, aproximadamente una palabra cada dos segundos. Se anota un punto por cada objeto recordado en el primer intento.</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>Si para algún objeto, la respuesta no es correcta, repita todos los objetos hasta que el entrevistado se los aprenda (máximo 5 repeticiones). Registre el número de repeticiones que debió hacer.</p> </div>	<table style="width: 100%;"> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">CORRECTA</th> <th style="text-align: center;">NO SABE</th> </tr> <tr> <td>Arbol</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Mesa</td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Avión</td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p> <p>Número de repeticiones</p>		CORRECTA	NO SABE	Arbol			Mesa			Avión										
	CORRECTA	NO SABE																			
Arbol																					
Mesa																					
Avión																					
<p>3. Ahora voy a decirle unos números y quiero que me los repita al revés:</p> <p style="text-align: center;">1 3 5 7 9</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Anote la respuesta (el número), en el espacio correspondiente.</p> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>La puntuación es el número de dígitos en el orden correcto. Ej: 9 7 5 3 1 = 5 puntos</p> </div>	<table style="width: 100%;"> <tr> <td>Respuesta Entrevistado</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Respuesta Correcta</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">1</td> </tr> </table> <p>N° de dígitos en el orden correcto ↓</p> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p>	Respuesta Entrevistado						Respuesta Correcta	9	7	5	3	1								
Respuesta Entrevistado																					
Respuesta Correcta	9	7	5	3	1																
<p>4. Le voy a dar un papel; tómelolo con su mano derecha, dóblelo por la mitad con ambas manos y colóqueselo sobre las piernas:</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Entréguele el papel y anote un punto por cada acción realizada correctamente.</p> </div>	<p>Ninguna acción 0</p> <p style="text-align: right;">Correcto</p> <table style="width: 100%;"> <tr> <td>Toma papel con la mano derecha</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Dobla por la mitad con ambas manos</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Coloca sobre las piernas</td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p>	Toma papel con la mano derecha		Dobla por la mitad con ambas manos		Coloca sobre las piernas															
Toma papel con la mano derecha																					
Dobla por la mitad con ambas manos																					
Coloca sobre las piernas																					
<p>5. Hace un momento le leí una serie de 3 palabras y Ud., repitió las que recordó. Por favor, dígame ahora cuáles recuerda.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Anote un punto por cada palabra que recuerde. No importa el orden.</p> </div>	<table style="width: 100%;"> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">CORRECTO</th> <th style="text-align: center;">INCORRECTO</th> <th style="text-align: center;">NR</th> </tr> <tr> <td>Arbol</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Mesa</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Avión</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p>		CORRECTO	INCORRECTO	NR	Arbol				Mesa				Avión							
	CORRECTO	INCORRECTO	NR																		
Arbol																					
Mesa																					
Avión																					
<p>6. Por favor copie este dibujo:</p> <p>Muestre al entrevistado el dibujo con los círculos que se cruzan. La acción está correcta si los círculos no se cruzan más de la mitad.</p> <p>Contabilice un punto si el dibujo está correcto.</p> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;">  </div>	<table style="width: 100%;"> <tr> <th></th> <th style="text-align: center;">CORRECTO</th> <th style="text-align: center;">INCORRECTO</th> <th style="text-align: center;">NR</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p style="text-align: right;">TOTAL = </p>		CORRECTO	INCORRECTO	NR																
	CORRECTO	INCORRECTO	NR																		
																					
<p>Sume los puntos anotados en los totales de las preguntas 1 a 6</p>	<p style="text-align: right;">Suma total = </p> <p style="text-align: center;">El puntaje máximo obtenible es de 19 puntos.</p> <p style="text-align: center;">Normal = ≥ 14 Alterado = ≤ 13</p>																				