
Prueba de caminata de 10 metros

Una prueba de la velocidad de la marcha cuando una persona camina una distancia corta.

Velocidad cómoda: _____ m/s

Velocidad máxima: _____ m/s

**Dispositivo(s) de
asistencia utilizado(s):** _____

Nivel de asistencia: _____

**Distancia real
cronometrada:** _____ m

Interpretación

Puntajes de corte

Accidente cerebrovascular:

< 0.4 m/s más probabilidades de ser
deambuladores domésticos

0.4 - 0.8 m/s deambuladores comunitarios
limitados

> 0.8 m/s deambuladores comunitarios

Adultos mayores sanos:

< 0.7 m/s indicativo de mayor
riesgo de eventos adversos
(caída, hospitalización, necesidad
de cuidador, fractura, etc.)

Diferencia mínimamente importante desde el punto de vista clínico (MCID)

Cambio mínimo detectable (MDC)

Geriatría: MCID = 0.05 m/s (pequeño cambio significativo); MCID = 0.13 m/s (cambio significativo sustancial).

Enfermedad de Parkinson: MDC = 0.18 m/s (caminata cómoda normal); MDC = 0.25 m/s (velocidad máxima de marcha).

Lesión de la médula espinal: MDC = 0.13 m/s; MCID = 0.06 m/s.

Accidente cerebrovascular: MCID = 0.16 m/s; MDC = 0.06 m/s (pequeño cambio significativo), MDC = 0.14 m/s (cambio significativo sustancial).

Lesión cerebral traumática: MDC = 0.05 m/s; MCID = 0.15 m/s (caminata cómoda normal), MCID = 0.25 m/s (velocidad máxima de Caminata).

Fractura de cadera: MDC = 0.17 m/s.

Estos son valores publicados para poblaciones específicas y brindan orientación si el/la paciente no tiene la condición mencionada.

Referencias seleccionadas

1. Perry J, Garrett M, Gronley JK, et al. Classification of walking handicap in the stroke population. *Stroke*. 1995;26(6):982-989.
 2. Schmid A, Duncan PW, Studenski S, et al. Improvements in speed-based gait classifications are meaningful. *Stroke*. 2007;38(7):2096-2100.
 3. Perera S, Mody SH, Woodman RC, et al. Meaningful change and responsiveness in common physical performance measures in older adults. *J Am Geriatr Soc*. 2006;54(5):743-749.
 4. Watson MJ. Refining the Ten-metre Walking Test for use with neurologically impaired people. *Physiotherapy*. 2002;88(7):386-397. doi:10.1016/S0031-9406(05)61264-3
 5. van Loo MA, Moseley AM, Bosman JM, et al. Test-re-test reliability of walking speed, step length and step width measurement after traumatic brain injury: a pilot study. *Brain Inj*. 2004;18(10):1041-1048.
-