

Timed Up & Go (TUG)

Nom et prénom:.....

Date :/...../.....

Date de naissance:...../...../.....

(1) Instruire le patient :

Quand je dis "Go", je veux que vous :

1. Vous levez de la chaise
2. Marchiez jusqu'à la ligne à une vitesse normale et confortable
3. Faites demi-tour
4. Retourniez jusqu'à la chaise à une vitesse normale et confortable
5. Vous rasseyez

(2) Démarrer le chronomètre quand vous dites « Go ».

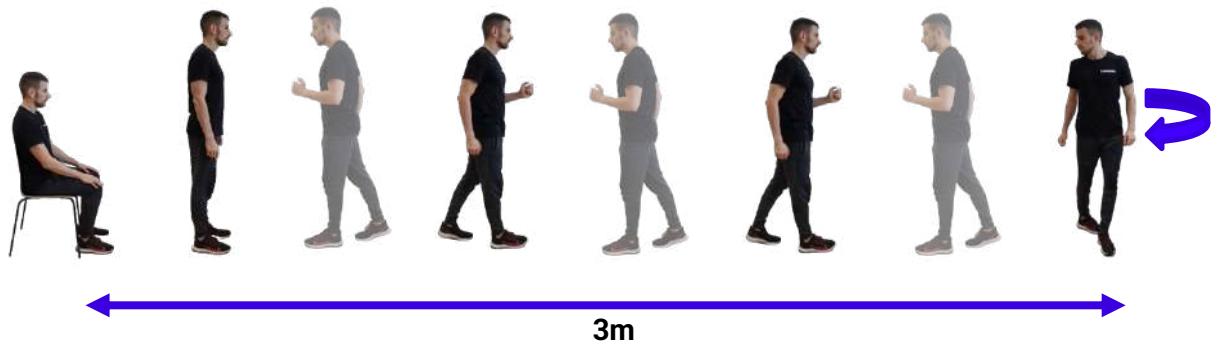
(3) Stopper le chronomètre quand le patient est assis de nouveau sur la chaise.

(4) Noter le temps.

Temps en secondes :.....

Observations (Observer l'équilibre, la longueur de pas, la marche, le balancement postural)

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Présentation

Objectif : Le test « Timed Up & Go » (TUG) est un outil de dépistage utilisé pour tester les capacités de mobilité, d'équilibre et le rendement locomoteur des patients âgés et frêles (60-90 ans).

Description :

- Le thérapeute mesure le temps pendant lequel le patient doit se lever d'une chaise, marcher 3 mètres confortablement (le plus énergiquement possible), se retourner, retourner vers la chaise et s'asseoir.
- Le thérapeute déclenche le chrono au moment où ce dernier indique au patient qu'il peut commencer.
- Le temps s'arrête lorsque le patient est complètement assis sur la chaise.
- Le patient peut utiliser sa propre aide à la marche et/ou orthèse, mais aucune assistance physique ou encouragement n'est permis.
- Un premier essai est recommandé avant le test officiel Celui-ci n'est pas inclus dans le score final.
- Le test est pratique et simple à réaliser.^{1,2,3}

Interprétation :

- Observation
 - Posture
 - Longueur de pas
 - Balancement de bras
 - Pas traînant
 - Retournement « en bloc »
- Risque significatif de chute
 - Personnes âgées > 13,5" ⁴
 - Patients âgés ayant subi un AVC >14" ⁵
 - Parkinsoniens > 11,5" ⁶
 - Arthrose de la hanche >10" ⁷

Valeur clinique :

- Validité
 - La validité a été démontrée en corrélant les scores TUG avec la vitesse de marche (Pearson $r = 0,75$), le balancement postural (Pearson $r = -0,48$), la longueur de pas (Pearson $r = -0,74$), l'indice de Barthel (Pearson $r = -0,79$) et la fréquence de pas (Pearson $r = -0,59$).⁸
- Fiabilité (reliability)
 - La fiabilité test-retest du TUG est jugée excellente ($r = 0,98$)⁹
 - La fiabilité intratesteur et intertesteur (ICC) a été signalée comme excellente dans les populations âgées, de 0,92 à 0,99.⁸
- Sensibilité
 - La sensibilité du TUG est bonne pour déterminer les personnes qui ne sont pas à risque de chute (87%)¹⁰
- Spécificité
 - La spécificité du TUG est bonne pour différencier les personnes qui sont à risque de chute de celles qui ne le sont pas (87%)¹⁰

Matériel nécessaire :

- Une chaise avec des accoudoirs hauteur standard (44-47cm)
- Chronomètre
- Mètre ruban

Temps nécessaire :

- Moins de 5 minutes

Bibliographie :

1. Mathias, S., Nayak, U. S., & Isaacs, B. (1986). Balance in elderly patients: the "get-up and go" test. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 67(6), 387–389.
2. Podsiadlo, D., & Richardson, S. (1991). The timed "Up & Go": a test of basic functional mobility for frail elderly persons. *Journal of the American Geriatrics Society*, 39(2), 142–148. <https://doi.org/10.1111/j.1532-5415.1991.tb01616.x>
3. Barry, E., Galvin, R., Keogh, C., Horgan, F., & Fahey, T. (2014). Is the Timed Up and Go test a useful predictor of risk of falls in community dwelling older adults: a systematic review and meta-analysis. *BMC geriatrics*, 14, 14.
4. Shumway-Cook, A., Brauer, S., & Woollacott, M. (2000). Predicting the probability for falls in community-dwelling older adults using the Timed Up & Go Test. *Physical therapy*, 80(9), 896–903.
5. Andersson, A. G., Kamwendo, K., Seiger, A., & Appelros, P. (2006). How to identify potential fallers in a stroke unit: validity indexes of 4 test methods. *Journal of rehabilitation medicine*, 38(3), 186–191. <https://doi.org/10.1080/16501970500478023>
6. Nocera, J. R., Stegemöller, E. L., Malaty, I. A., Okun, M. S., Marsiske, M., Hass, C. J., & National Parkinson Foundation Quality Improvement Initiative Investigators (2013). Using the Timed Up & Go test in a clinical setting to predict falling in Parkinson's disease. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 94(7), 1300–1305. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2013.02.020>
7. Arnold, C. M., & Faulkner, R. A. (2007). The history of falls and the association of the timed up and go test to falls and near-falls in older adults with hip osteoarthritis. *BMC geriatrics*, 7, 17. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-7-17>
8. Steffen, T. M., Hacker, T. A., & Mollinger, L. (2002). Age- and gender-related test performance in community-dwelling elderly people: Six-Minute Walk Test, Berg Balance Scale, Timed Up & Go Test, and gait speeds. *Physical therapy*, 82(2), 128–137. <https://doi.org/10.1093/ptj/82.2.128>
9. Hofheinz, M., & Schusterschitz, C. (2010). Dual task interference in estimating the risk of falls and measuring change: a comparative, psychometric study of four measurements. *Clinical rehabilitation*, 24(9), 831–842. <https://doi.org/10.1177/0269215510367993>
10. Shumway-Cook, A., Brauer, S., & Woollacott, M. (2000). Predicting the probability for falls in community-dwelling older adults using the Timed Up & Go Test. *Physical therapy*, 80(9), 896–903.