

Apêndice 2 – Escala de Fragilidade Clínica

	1. Em muito boa forma física – Ativo, vigoroso, muito motivado, forte. Tendência à atividade física regular. Em muito boa forma física para a idade		6 –Fragilidade moderada – Supervisão e ajuda no banho e no vestir. Ajuda em todas as atividades fora de casa e manutenção da casa. Dificuldade/ impossibilidade em subir escadas.
	2. Boa forma física – Sem sintomas de doenças ativas. Menos apto que na categoria anterior. Atividade física ocasional ou sazonal.		7 – Fragilidade severa – Dependente nas AVD (cuidados pessoais). Dependente do cuidador por causa física ou cognitiva. Estável e sem alto risco de morrer nos próximos 6 meses.
	3. Bem controlado – Comorbilidades controladas. Ocasionalmente sintomáticos. Muitas vezes sem atividade física para além da marcha habitual.		8 – Fragilidade muito severa – Completamente dependente em todas as AVD. Próximo do fim de vida. Pode não recuperar de doença menor.
	4 – Fragilidade muito leve – Transição precoce da independência completa nas AVD. Alteração da marcha. Lento e cansaço durante o dia. Limitação funcional de acordo com os sintomas da doença		9 – Doença terminal – Próximo do fim da vida. Expectativa de vida inferior a 6 meses. Podem não ter evidência de fragilidade muito severa e exercitar-se até muito perto da morte.
	5 – Fragilidade leve – Dependente nas AVD instrumentais mais complexas (transporte, finanças, trabalho doméstico mais pesado). Pode necessitar de supervisão nas compras e caminhadas ao ar livre, preparação das refeições e medicamentos.		

Legenda: AVD – Atividades de vida diária. Adaptado de https://cdn.dal.ca/content/dam/dalhousie/pdf/sites/gmr/CFS_V2_ptEU_WM.pdf