

## Feuille de cotation - NORTH STAR AMBULATORY ASSESSMENT

Nom/Prénom:

Date:

Examineur:

Activité	2	1	0	Score
<b>1. Station Debout</b> *3	Se tient droit(e), sans bouger, de manière symétrique, sans compensation (talons à plat et hanches en rotation neutre) pendant au moins 3 secondes	Se tient debout, sans bouger mais avec compensation (ex. sur les orteils, les jambes écartées ou fléchies, les fesses vers l'arrière...) pendant au moins 3 secondes	Ne parvient pas à se tenir debout sans bouger ou de façon autonome, a besoin d'un soutien (même minime)	
<b>2. Marcher</b> *3	Marche de manière continue avec un schéma de marche talon-pointe ou pied à plat	Marche de façon permanente ou fluctuante sur la pointe des pieds, incapable d'avoir une démarche talon-pointe continue	Ne marche pas sans aide. Peut marcher sur courte distance avec aide (appareillage, aides techniques, ou aides humaines)	
<b>3. Lever de chaise</b> *3	Se lève en gardant les bras croisés, les mains au niveau des épaules	Se lève en s'appuyant sur ses cuisses ou sur la chaise / se tourne vers la chaise ou modifie sa position de départ (élargit l'écart entre les pieds)	Incapable	
<b>4. Appui unipodal, à droite</b> *3,5	Se tient droit(e) de manière détendue (sans s'appuyer sur une partie de son corps) pendant au moins 3 secondes	Se tient debout brièvement ou en s'inclinant sur le côté (20°) ou en cherchant un appui sur lui-même (ex. appui d'une cuisse sur l'autre)	Incapable	
<b>5. Appui unipodal, à gauche</b> *3,5	Se tient droit(e) de manière détendue (sans s'appuyer sur une partie de son corps) pendant au moins 3 secondes	Se tient debout brièvement ou en s'inclinant sur le côté (20°) ou en cherchant un appui sur lui-même (ex. appui d'une cuisse sur l'autre)	Incapable	
<b>6. Monter sur le step avec la jambe droite</b> *3	Monte face au step sans aucun soutien	Monte de côté / effectue une rotation du tronc / une circumduction de hanche / utilise ses mains pour s'équilibrer ou pour s'appuyer sur ses jambes	Incapable d'effectuer la montée de manière indépendante	
<b>7. Descendre du step avec la jambe droite</b> *3,5	Descend vers l'avant en contrôlant la jambe d'appui. Aucun appui nécessaire	Descend de côté / saute du step / utilise ses mains pour s'équilibrer ou pour s'appuyer sur ses jambes	Incapable d'effectuer la descente sans une aide minime ou l'aide de ses mains	
<b>8. Monter sur le step avec la jambe gauche</b> *3	Monte face au step sans aucun soutien	Monte de côté / effectue une rotation du tronc / une circumduction de hanche / utilise ses mains pour s'équilibrer ou pour s'appuyer sur ses jambes	Incapable d'effectuer la montée de manière indépendante	
<b>9. Descendre du step avec la jambe gauche</b> *3,5	Descend vers l'avant en contrôlant la jambe d'appui. Aucun appui nécessaire	Descend de côté / saute du step / utilise ses mains pour s'équilibrer ou pour s'appuyer sur ses jambes	Incapable d'effectuer la descente sans une aide minime ou l'aide de ses mains	
<b>10. Lever de tête en décubitus dorsal</b> *4	Capable d'effectuer une flexion totale du cou, en levant la tête dans l'axe. Le menton se rapproche de la poitrine	Capable de lever la tête avec une inclinaison du cou / flexion incomplète du cou / protraction	Incapable de décoller la tête de la surface d'appui	
<b>11. S'asseoir</b> *3	Capable de passer de la position allongé(e) sur le dos à la position assise (peut s'appuyer sur une main ou un bras)	Utilise deux bras / tire sur ses jambes, se tourne vers le sol ou utilise l'élan / le balancement de ses jambes	Incapable	
<b>12. Se relever du sol</b> *4	Absence d'éléments de la manoeuvre de Gowers	Montre au moins l'un des éléments de la manoeuvre de Gowers décrits ci-dessus, notamment en se tournant vers le sol et/ou en plaçant une ou deux mains sur ses membres inférieurs	(a) A BESOIN d'un matériel pour s'appuyer (ex. une chaise, un mur) (b) Incapable (pas de chronométrage)	
<b>13. Se tenir sur les talons</b> *3,5	Se tient simultanément sur les (2) talons de manière évidente (il est accepté de faire quelques pas pour garder l'équilibre) pendant 3 secondes	Lève uniquement les 2 avant-pieds (toutes les têtes des métatarsiens doivent être décollées), ou ne se tient que sur un seul talon de manière évidente	Incapable	
<b>14. Sauter</b> *3	Les deux pieds doivent quitter et revenir au sol simultanément.	Les pieds quittent le sol l'un après l'autre (sautille) ou les pieds ne décollent pas du sol de façon évidente en même temps.	Incapable	
<b>15. Sauter à cloche-pied sur la jambe droite</b> *4	Le pied quitte complètement le sol	Capable de plier le genou ET de soulever le talon, sans quitter le sol	Incapable (ou soulève uniquement le talon)	
<b>16. Sauter à cloche-pied sur la jambe gauche</b> *4	Le pied quitte complètement le sol	Capable de plier le genou ET de soulever le talon, sans quitter le sol	Incapable (ou soulève uniquement le talon)	
<b>17. Courir/Marcher (10 mètres)</b> *3	Les deux pieds quittent le sol pendant la course (pas de phase de double appui)	Marche rapide ou un « Duchenne jog »	Marche uniquement	
<b>TOTAL =</b>				<b>/34</b>

**Se relever du sol, temps chronométré:** aucun temps si appui sur un meuble \_\_\_\_ **Courir/Marcher temps chronométré sur 10 mètres** \_\_\_\_

Âge auquel 85 % des patients témoins obtiennent un score complet \*3 = 3 ans, \*3,5 = 3 ans et demi, \*4 = 4 ans (Mercuri 2016)