

Modulo invio attività fisica adattata (AFA)

(D.G.R. del FVG n°822 del 20 giugno 2025)

Compilabile da parte di:

Medico di Medicina Generale o Medico Specialista

Sig./ra _____ nato/a il _____
residente a _____ tel. _____

Paziente con: ☐ Rachialgia cronica ☐ Artrosi localizzata e/o generalizzata ☐ Morbo di Parkinson ☐ Disfunzione pavimento pelvico ☐ Patologia reumatica ☐ Patologia neurologica ☐ Fibromialgia ☐	☐ Invio per Valutazione fisioterapica presso Centro di Valutazione per Attività Fisica Adattata (AFA) del distretto di residenza ☐ Invio diretto alla Palestra della Salute per frequenza corsi AFA
---	---

Al fine di perfezionare l'indicazione alla tipologia di corso AFA più idoneo, l'utente necessita della valutazione della performance fisica tramite l'effettuazione della SPPB (Short Performance Physical Battery).

- ☐ Effettuata dal professionista sanitario inviante
- ☐ Da effettuare presso la palestra della salute
- ☐ Da effettuare presso il Centro di Valutazione AFA

NOTE: _____

Data _____ Timbro e firma del Medico _____

Centri Valutazione AFA ASUFC	Friuli centrale Torre Natisone cafa@asufc.sanita.fvg.it	0432 576011 13.00-14.00 lun e giov
	Bassa Friulana afa.bassafriulana@ asufc.sanita.fvg.it	0432 921525 (consegna moduli c/o sedi infermieri e fisioterapisti di comunità o presso Casa di Comunità)
	Collinare Medio Friuli afa@asufc.sanita.fvg.it	0432 1910140 8.30-12.30 da lun a ven
	Carnia afa@asufc.sanita.fvg.it	0433 462433 8.00-9.00 da lun a ven
	Gemona Val canale Canal ferro afa@asufc.sanita.fvg.it	0432 989284 8.30- 15.30 da lun a ven

SHORT PHYSICAL PERFORMANCE BATTERY (SPPB)

SHORT PHYSICAL PERFORMANCE BATTERY (SPPB)																
FICSIT: 1 = piedi paralleli 10'' 1 = semi tandem 10'' 0 = tandem 0'' – 2'' 1 = tandem 3'' – 9'' 2 = tandem 10''						CHAIR: 0 = < 5 alzate 1 = tempo >16.6'' 2= da 13.7'' a 16.6'' 3 = da 11.2'' a 13.6'' 4 = tempo <11.2''					4 MT WALK: 0 = incapace 1 = tempo > 7.5'' 2 = da 5.4'' a 7.49'' 3 = da 4.1'' a 5.39'' 4 = tempo < 4.1''					PUNTEGGIO TOTALE
0	1	2	3	4	0	1	2	3	4	0	1	2	3	4		
																/12

FICSIT (Equilibrio)

- in stazione eretta, piedi paralleli, mantenimento della posizione per 10'' (piedi uniti)
- posizione in semi tandem per 10'' (alluce al lato del calcagno)
- posizione tandem per 10'' (alluce dietro il tallone)

Il punteggio varia da un minimo di 0 se il soggetto non riesce a mantenere la posizione a piedi uniti per almeno 10'' a un massimo di 4 se riesce a compiere tutte e tre le prove

CHAIR

Eseguiere per 5 volte consecutive, il più velocemente possibile, il passaggio dalla posizione da seduto su una sedia alla stazione eretta con braccia incrociate al petto. Il punteggio varia da 0, se incapace, a 4 se la prova è svolta in meno di 11,2''.

4 MT WALK:

Camminare a passo normale per 4 mt. Il punteggio varia da 0 se incapace, a 4 se la prova è svolta in meno di 4,1''

- Eseguita in data _____ Tipologia di corso indicato:
 - AFA Alta Funzione: persone con SPPB 9-12, dolore assente/moderato, autonomia funzionale.
 - AFA Bassa Funzione: persone con SPPB 6 - 8, dolore assente/moderato, ridotta mobilità.
 - punteggio < 5: utente non idoneo per essere inserito in un gruppo AFA
 - _____

Compilatore: ☐ MMG ☐ Medico Specialista ☐ Chinesiologo ☐ Fisioterapista

Nome Cognome Firma _____

☐ NON IDONEO si re-invia al medico segnalante.

Per sapere dove si trovano le Palestra della salute è possibile consultare il sito <https://bit.ly/palestredellasaluteFVG>