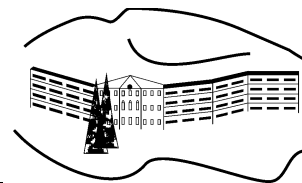


AMBULATORIO CARDIOLOGIA
 Tel +41(0)91 611 37 51
 Tel +41(0)91 611 37 00
 Fax +41(0)91 611 37 01
 odello.tania@oscam.ch

**OSPEDALE
 MALCANTONESE**
 Fondazione Giuseppe Rossi



**PERCORSO DI RIABILITAZIONE E
 PREVENZIONE CARDIOVASCOLARE**
 AMBULATORIO RICONOSCIUTO DALLA SPCRS
 (Swiss Working Group for Cardiovascular
 Prevention Rehabilitation and Sports Cardiology)

PASE (PHYSICAL ACTIVITY SCALE FOR THE ELDERLY)

R.A. Washburn, E. McAuley, J. Katula, S.L. Mihalko, R.A. Boileau The Physical Activity Scale for the Elderly (PASE):
 evidence for validity J Clin epidemiol, 52 (1999)

Cognome		Nome		Età	
Nr. telefono		E-mail			

Attività ricreative del tempo libero	Ore al giorno (Q) (*)	Quanti giorni la settimana	Q x G/7	Peso Item (I)	Punteggio = Q x G/7 x I
Per quante ore al giorno cammina o va in bicicletta?				20	
Pratica attività sportive? Se Sì quali e per quante ore al giorno?					
1) Cyclette, andare a caccia				21	
2) Ginnastica, nuoto				23	
3) Tennis, calcio, basket, sci di fondo, canottaggio				23	
Esegue esercizi in palestra? Se Sì, per quante ore al giorno?				30	

MODPsxx	PASE (PHYSICAL ACTIVITY SCALE FOR THE ELDERLY)	OSCAM	
Attività domestiche			
Attività domestiche	Partecipazione (P)	Peso Item (I)	Punteggio = P x I
Esegue un lavoro che richiede di stare in piedi o camminare?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	21	
Esegue Lavori casalinghi quali lavare i piatti, spolverare, andare a fare la spesa?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	25	
Esegue lavori casalinghi quali lavare indumenti, lavare i pavimenti, pulire i tappeti?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	25	
Esegue riparazioni domestiche?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	30	
Lavora nei campi?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	36	
Esegue lavori di giardinaggio?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	20	
Si prende cura di qualcuno?	<input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO	35	
Totale			

(*) Per 30 minuti calcolare come 0.5 ore, 15 minuti = 0.25 ore e così via.

(**) Esempio: il soggetto riferisce di praticare tennis per 0.5 ore al giorno per 2 giorni la settimana: $0.5 \text{ ore} \times 2 \text{ giorni} = 1$; $1/7 \text{ giorni} = 0.14$; $0.14 \times 20 \text{ (peso dell'item)} = 3.22$ che rappresenta il punteggio finale dell'item.

Il punteggio totale del PASE è determinato dal prodotto della quantità di tempo utilizzato per ogni attività ricreazionale del tempo libero (ore/giorno/settimana) o dalla partecipazione alle attività domestiche (SI/NO) in una attività per il peso derivato empiricamente per ogni attività, la somma di tutte le attività determina il grado di attività fisica.

Il sottoscritto esprime il libero e consapevole consenso al trattamento dei dati personali e sensibili, esclusivamente a fini medici alla dr.ssa med. Tania Odello, titolare del trattamento dei dati medesimi.

Luogo e data

Firma