



1. Muy en forma.

Persona robusta, activa, sin problemas físicos de salud, energética y motivada. Tiende al ejercicio regular y es capaz de realizar actividades vigorosas.



2. En forma.

No síntomas activos de enfermedad, aunque menos en forma que la categoría 1. Suelen hacer ejercicio o son muy activos ocasionalmente, estacionalmente.



3. Bien.

Condiciones médicas menores, controladas, independiente en las actividades diarias. Persona no muy activa, aunque suele mantener rutinas de paseo.



4. Frágil incipiente/muy leve.

Antes denominado “vulnerable”. Con problemas médicos leves, que pueden generar algunas limitaciones en actividades diarias. Se queja de “ir más lento” y/o estar más cansado diariamente.



5. Frágil leve.

Se evidencia ya enlentecimiento general, y limitaciones claras en AIVD complejas, en las que posiblemente necesite más ayuda. Típicamente, esta fase altera la capacidad de compras, caminar solo/a en la calle, preparación de las comidas, medicación, y restringe trabajos domésticos ligeros.



6. Frágil moderado.

La persona necesita ayuda con todas las actividades externas al domicilio y en el mantenimiento del hogar. Dentro del domicilio, suelen presentar problemas con las escaleras y requieren ayuda para la higiene (baño/ducha), cocinar y una mínima asistencia o supervisión para vestirse



7. Frágil avanzado/grave.

La persona es totalmente dependiente para su cuidado personal, ya sea por limitación física o cognitiva. Aun así, se encuentran estables clínicamente y no se encuentran en riesgo inminente de muerte (supervivencia esperable >6 meses).



8. Frágil muy avanzado/muy grave/ extrema.

La persona es totalmente dependiente para cualquier aspecto de su vida, y se aproxima el final de vida. Generalmente, mucha dificultad en la recuperación de cualquier enfermedad menor que se manifieste.



9. Enfermedad terminal

En el proceso de final de vida inminente. En esta categoría se incluyen a aquellas personas con una expectativa de vida <6 meses, y que no necesariamente viven con una fragilidad avanzada o extrema (algunas de estas personas pueden hacer ejercicio aun estando próximas a morir).

Bibliografía:

- Mitnitski AB, *et al.* Accumulation of deficits as a proxy measure of aging. *ScientificWorldJournal*. 2001;1:323-36.
- Rockwood K, *et al.* A global clinical measure of fitness and frailty in elderly people. *CMAJ*. 2005;173(5):489-95.