

 <p>1. Óptimo estado de salud: Personas sanas, activas, enérgicas y motivadas. Hacen ejercicio regularmente. Presentan mejor estado general que la gente de su edad.</p>	 <p>6. Moderadamente frágil: Necesitan ayuda con todas las actividades externas y con el mantenimiento de la casa. En casa, a menudo tienen problemas con las escaleras y precisan ayuda para bañarse y es posible que requieran asistencia mínima (indicaciones) con el vestido.</p>
 <p>2. Buen estado de salud: Personas que no tienen síntomas de enfermedad activa pero el estado general es peor que la categoría anterior. A menudo hacen ejercicio o presentan mayor actividad en periodos discontinuos</p>	 <p>7. Gravemente frágil: Completamente dependiente para el cuidado personal por cualquier causa (física o cognitiva). Aun así, parecen estar estables y no tienen un alto riesgo de morir (próximos 6 meses).</p>
 <p>3. Persona con buena autonomía: Los problemas médicos están bien controlados, pero no se muestran regularmente activas, más allá de la rutina de caminar.</p>	 <p>8. Severamente frágil: Totalmente dependiente, acercándose al final de la vida. Por norma general, no pueden recuperarse ni incluso de una enfermedad menor.</p>
 <p>4. Vulnerable: Si bien no depende de la ayuda de terceros, a menudo los síntomas limitan las actividades. Una queja común es "ir más despacio" y/o estar cansado durante el día.</p>	 <p>9. Situación terminal: Al acercarse al final de la vida, esta categoría se aplica a las personas con una esperanza de vida inferior a 6 meses, que no son evidentemente débiles.</p>
 <p>5. Ligeramente frágil: Necesitan ayuda, es evidente algo de lentitud en sus acciones y precisan apoyo en AIVD (finanzas, transporte, trabajo doméstico pesado, medicamentos...). Generalmente, la fragilidad moderada va impidiendo de forma progresiva ir de compras y caminar sólo, preparar la comida y realizar las tareas del hogar</p>	<p><u>Fragilidad en personas con demencia.</u></p> <p>El grado de fragilidad corresponde al grado de demencia:</p> <ul style="list-style-type: none"> Entre los síntomas comunes de la demencia leve se encuentran olvidar los detalles de un evento reciente, aunque aún recuerde el evento en sí, repetir la misma pregunta o historia y aislamiento social. En la demencia moderada, la memoria reciente está muy deteriorada, incluso aunque aparentemente puedan recordar bien detalles de su vida. Pueden realizar actividades de autocuidado con pautas y supervisión. En la demencia severa necesitan a terceras personas para su cuidado.