

100

Aucun symptôme au repos ni lors d'un effort physique. Toutes les activités sont possibles tous les jours sans difficulté.

90

Aucun symptôme au repos. Légers symptômes lors d'un effort physique. Niveau d'activité global normal. Travail à plein temps possible.

80

Légers symptômes au repos. Symptômes aggravés par l'effort physique. Restriction pour effort physique uniquement. Travail à temps plein possible, mais restriction pour activités pénibles ou exigeantes.



70

Légers symptômes au repos. Activité limitée à 90 % de l'état antérieur de santé pour les activités avec effort. Grande difficulté à assurer les travaux domestiques ou un travail à temps plein. Repos obligatoire pendant la journée.

60

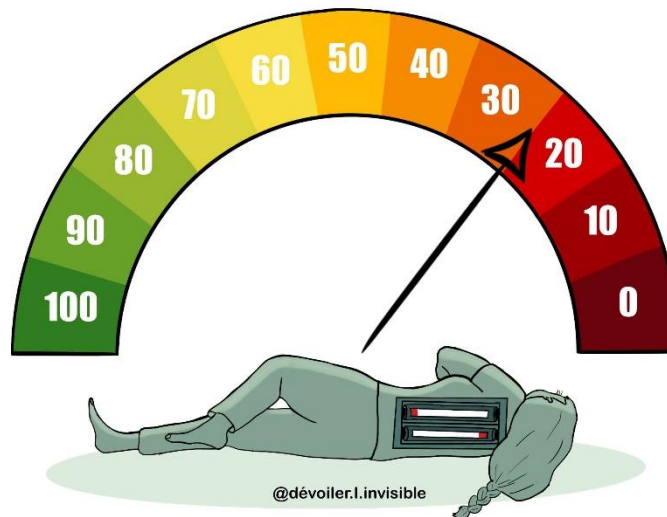
Symptômes légers à modérés. Activité totale limitée entre 70 % et 90 % de l'état antérieur de santé. Travail physique impossible. Station debout impossible. Travail assis possible pour des tâches légères.

Symptômes modérés au repos. Symptômes modérés à forts si effort physique. Activité totale réduite à 70 %.

Ne peut pas faire des tâches fatigantes, mais peut faire des tâches courtes et simples, ou du travail de bureau fractionné par des pauses (4 à 5 h par jour). Sieste obligatoire en journée (1 à 2h)



ÉCHELLE D'INVALIDITÉ CFIDS DU DR BELL



Copyright traduction et illustration :
@dévoiler.Linvisible

<https://www.facebook.com/Clem.Flagada.Combative/>
youtube.com/@clem.flagada.combative

linktr.ee/flagada.combative

Ne pas diffuser, ni reproduire.

Usage réservé dans le cadre des ateliers de pacing de l'ASFC, avec l'aimable utilisation de l'auteure.



40

Symptômes modérés au repos. Symptômes modérés à forts si effort physique. Activité totale réduite de 50 % à 70 %. Peut sortir une à deux fois par semaine. Ne peut pas faire de tâches difficiles. Capable de travailler assis 3 ou 4 h par jour avec des pauses.

30

Symptômes modérés à forts au repos. Symptômes forts avec tout effort. Activité réduite à 50 %. Toujours à la maison. Incapable de faire des travaux fatigants. Peut travailler assis avec des pauses 2 à 3 h par jour si tâches légères.

20

Symptômes modérés à forts au repos. Incapable de faire des efforts. Ne peut pas quitter le domicile, à de rares exceptions. Incapable de se concentrer plus d'une heure par jour. Allongé la plupart du temps.



10

Symptômes graves au repos. Ne sort jamais. Symptômes cognitifs marqués.

0

Symptômes graves en continu. Toujours alité. Besoin d'aide pour les actes de la vie quotidienne (hygiène, repas...).

