

Test Mini-Cog

Le Mini-Cog est un test de dépistage rapide des troubles cognitifs. Il se compose de deux étapes principales : le rappel de mots et le dessin d'une horloge.

1. Rappel de 3 mots

Dites à la personne : *"Je vais vous dire trois mots. Écoutez-les attentivement, puis répétez-les après moi."*

Exemples de series possibles :

- Pomme — Clé — Voiture
- Livre — Chien — Fenêtre
- Maison — Plume — Orange

Après que la personne a répété les mots, passez à l'étape suivante (l'horloge).

2. Test de l'horloge

Donnez à la personne une feuille de papier et un crayon. Dites-lui : *"Pouvez-vous dessiner une horloge, y placer tous les chiffres, et faire en sorte que les aiguilles montrent 11 heures 10 ?"*

Évaluez:

- Si tous les chiffres sont placés correctement (1 à 12, bien positionnés).
- Si les aiguilles montrent bien 11h10.

3. Rappel des mots

Demandez à la personne : *"Pouvez-vous maintenant me redire les trois mots que je vous ai donnés tout à l'heure ?"*

Interprétation rapide

- 0 mot rappelé → Possible démence, quelle que soit la performance à l'horloge.
- 1 ou 2 mots rappelés + horloge anormale → Possible démence.
- 1 ou 2 mots rappelés + horloge normale → Peu probable, mais à surveiller.
- 3 mots rappelés → Cognitivement intact(e).