



Mini Nutritional Assessment MNA®

Apelido: _____ Nome: _____

Sexo: _____ Idade: _____ Peso: _____ Altura: _____ Data: _____

Responda à seção “triagem”, preenchendo as caixas com os números adequados. Some os números da seção “triagem”. Se a pontuação obtida for igual ou menor que 11, continue o preenchimento do questionário para obter a pontuação indicadora de desnutrição.

TRIAGEM

A - Nos últimos três meses, houve diminuição da ingesta alimentar devido a perda de apetite, problemas digestivos ou dificuldade para mastigar ou deglutir?

- 0 = diminuição grave da ingesta
1 = diminuição moderada da ingesta
2 = sem diminuição da ingesta

D - Passou por algum stress psicológico ou doença aguda nos últimos três meses?

0 = sim 1 = não

B - Perda de peso nos últimos 3 meses

- 0 = superior a três quilos
1 = não sabe informar
2 = entre um e três quilos
3 = sem perda de peso

E - Problemas neuropsicológicos

- 0 = demência ou depressão grave
1 = demência ligeira
2 = sem problemas psicológicos

C - Mobilidade

- 0 = restrito ao leito ou à cadeira de rodas
1 = deambula, mas não é capaz de sair de casa
2 = normal

F - Índice de Massa Corporal (IMC = peso [kg]/estatura [m²])

- 0 = IMC < 19
1 = 19 ≤ IMC < 21
2 = 21 ≤ IMC < 23
3 = IMC ≥ 23

Pontuação da triagem (subtotal, máximo de 14 pontos)

≥ 12 pontos: estado nutricional normal, sem risco de desnutrição. Não há necessidade de continuar o restante da avaliação.
≤ 11 pontos: risco de desnutrição.

Continue a avaliação com as perguntas G-R.

AVALIAÇÃO GLOBAL

G - O paciente vive na sua própria casa (não em instituição geriátrica ou hospital)

0 = sim 1 = não

☐**H - Utiliza mais de três medicamentos diferentes por dia?**

0 = sim 1 = não

☐**I - Lesões de pele ou escaras?**

0 = sim 1 = não

☐**J - Quantas refeições faz por dia?**0 = uma refeição
1 = duas refeições
2 = três refeições☐**K - O paciente consome:**

• pelo menos uma porção diária de leite ou derivados (leite, queijo, iogurte)?

☐ sim ☐ não

• duas ou mais porções semanais de leguminosas ou ovos?

☐ sim ☐ não

• carne, peixe ou aves todos os dias?

☐ sim ☐ não

0.0 = nenhuma ou uma resposta «sim»

0.5 = duas respostas «sim»

1.0 = três respostas «sim»

☐**L - O paciente consome duas ou mais porções diárias de fruta ou produtos hortícolas?**

0 = não 1 = sim

☐**Avaliação global**
(máximo 16 pontos)☐☐☐**Pontuação da triagem**☐☐☐**Pontuação total**
(máximo 30 pontos)☐☐☐**M - Quantos copos de líquidos (água, suco, café, chá, leite) o paciente consome por dia?**

0.0 = menos de três copos

0.5 = três a cinco copos

1.0 = mais de cinco copos

☐☐**N - Modo de se alimentar**

0 = não é capaz de se alimentar sozinho

1 = alimenta-se sozinho, porém com dificuldade

2 = alimenta-se sozinho, sem dificuldade

☐**O - O paciente acredita ter algum problema nutricional?**

0 = acredita estar desnutrido

1 = não sabe dizer

2 = acredita não ter problema nutricional

☐**P - Em comparação com outras pessoas da mesma idade, como considera o paciente a sua própria saúde?**

0.0 = pior

0.5 = não sabe

1.0 = igual

2.0 = melhor

☐**Q - Perímetro braquial (PB) em centímetros**

0.0 = PB < 21

0.5 = 21 ≤ PB ≤ 22

1.0 = PB > 22

☐☐**R - Perímetro da perna (PP) em centímetros**

0 = PP < 31

1 = PP ≥ 31

☐**Avaliação do Estado Nutricional**de 24 a 30 pontos ☐ estado nutricional normalde 17 a 23,5 pontos ☐ sob risco de desnutriçãomenos de 17 pontos ☐ desnutrido