

# Mini Nutritional Assessment

## MNA®

Apelido:		Nome:		
Sexo:	Idade:	Peso, kg:	Altura, cm:	Data:

Responda à secção “triagem”, preenchendo as caixas com os números adequados. Some os números da secção “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 ingestão alimentar devido a perda de apetite, problemas digestivos ou dificuldade para mastigar ou deglutir?

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

#### 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

#### C Mobilidade

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

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

- 0 = sim  2 = não

#### E Problemas neuropsicológicos

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

#### F Índice de Massa Corporal = peso em kg / (estatura em m)<sup>2</sup>

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

#### Pontuação da Triagem (subtotal, máximo de 14 pontos)

12-14 pontos: estado nutricional normal

8-11 pontos: sob risco de desnutrição

0-7 pontos: desnutrido

Para uma avaliação mais detalhada, continue com as perguntas G-R

### Avaliação global

#### G O doente vive na sua própria casa (não em instituição geriátrica ou hospital)

- 1 = sim  0 = não

#### H Utiliza mais de três medicamentos diferentes por dia?

- 0 = sim  1 = não

#### I Lesões de pele ou escaras?

- 0 = sim  1 = não

#### References

- Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:456-465.
- Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A, Guigoz Y, Vellas B. Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF). *J Gerontol*. 2001; **56A**: M366-377
- Guigoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature - What does it tell us? *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:466-487.

© Société des Produits Nestlé SA, Trademark Owners.

© Société des Produits Nestlé SA 1994, Revision 2009.

Para maiores informações: [www.mna-elderly.com](http://www.mna-elderly.com)

#### J Quantas refeições faz por dia?

- 0 = uma refeição  
1 = duas refeições  
2 = três refeições

#### K O doente 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 doente consome duas ou mais porções diárias de fruta ou produtos hortícolas?

- 0 = não  1 = sim

#### M Quantos copos de líquidos (água, sumo, café, chá, leite) o doente 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 doente acredita ter algum problema nutricional?

- 0 = acredita estar desnutrido  
1 = não sabe dizer  
2 = acredita não ter um problema nutricional

#### P Em comparação com outras pessoas da mesma idade, como considera o doente a sua própria saúde?

- 0.0 = pior  
0.5 = não sabe  
1.0 = igual  
2.0 = melhor

#### Q Perímetro braquial (PB) em cm

- 0.0 = PB < 21  
0.5 = 21 ≤ PB ≤ 22  
1.0 = PB > 22

#### R Perímetro da perna (PP) em cm

- 0 = PP < 31  
1 = PP ≥ 31

#### Avaliação global (máximo 16 pontos)

#### Pontuação da triagem

#### Pontuação total (máximo 30 pontos)

#### Avaliação do Estado Nutricional

- de 24 a 30 pontos  estado nutricional normal  
de 17 a 23,5 pontos  sob risco de desnutrição  
menos de 17 pontos  desnutrido