

ANEXO 1 Tabla cálculo de talla mediante longitud antebrazo

Talla estimada a partir de la longitud del antebrazo.

T a l a (m)	Hombre < 65 años	1,94	1,93	1,91	1,89	1,87	1,85	1,84	1,82	1,80	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71
	Hombre > 65 años	1,87	1,86	1,84	1,82	1,81	1,79	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71	1,70	1,68	1,67
Longitud antebrazo (cm)															
T a l a (m)	Mujer < 65 años	1,84	1,83	1,81	1,80	1,79	1,77	1,76	1,75	1,73	1,72	1,70	1,69	1,68	1,66
	Mujer > 65 años	1,84	1,83	1,81	1,79	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71	1,70	1,68	1,66	1,65	1,63
Longitud antebrazo (cm)															
T a l a (m)	Hombre < 65 años	1,69	1,67	1,66	1,64	1,62	1,60	1,58	1,57	1,55	1,53	1,51	1,49	1,48	1,46
	Hombre > 65 años	1,65	1,63	1,62	1,60	1,59	1,57	1,56	1,54	1,52	1,51	1,49	1,48	1,46	1,45
Longitud antebrazo (cm)															
T a l a (m)	Mujer < 65 años	1,65	1,63	1,62	1,61	1,59	1,58	1,56	1,55	1,54	1,52	1,51	1,50	1,48	1,47
	Mujer > 65 años	1,61	1,60	1,58	1,56	1,55	1,53	1,52	1,50	1,48	1,47	1,45	1,44	1,42	1,40

ANEXO 2 Tabla de cálculo de talla mediante talón rodilla

Talla 1

Talla estimada a partir de la longitud de la rodilla

T a l l a (m)	Hombre (18-59 años)	1,94	1,93	1,92	1,91	1,90	1,89	1,88	1,87	1,865	1,86	1,85	1,84	1,83	1,82	1,81
T a l l a (m)	Hombre (60-90 años)	1,94	1,93	1,92	1,91	1,90	1,89	1,88	1,87	1,86	1,85	1,84	1,83	1,82	1,81	1,80
Longitud rodilla (cm)		65,0	64,5	64,0	63,5	63,0	62,5	62,0	61,5	61,0	60,5	60,0	59,5	59,0	58,5	58,0
T a l l a (m)	Mujer (18-59 años)	1,89	1,88	1,875	1,87	1,86	1,85	1,84	1,83	1,82	1,81	1,80	1,79	1,78	1,77	1,76
T a l l a (m)	Mujer (60-90 años)	1,86	1,85	1,84	1,835	1,83	1,82	1,81	1,80	1,79	1,78	1,77	1,76	1,75	1,74	1,73
T a l l a (m)	Hombre (18-59 años)	1,80	1,79	1,78	1,77	1,76	1,75	1,74	1,73	1,72	1,71	1,705	1,70	1,69	1,68	1,67
T a l l a (m)	Hombre (60-90 años)	1,79	1,78	1,77	1,76	1,74	1,73	1,72	1,71	1,70	1,69	1,68	1,67	1,66	1,65	1,64
Longitud rodilla (cm)		57,5	57,0	56,5	56,0	55,5	55,0	54,5	54,0	53,5	53,0	52,5	52,0	51,5	51,0	50,5
T a l l a (m)	Mujer (18-59 años)	1,75	1,74	1,735	1,73	1,72	1,71	1,70	1,69	1,68	1,67	1,66	1,65	1,64	1,63	1,62
T a l l a (m)	Mujer (60-90 años)	1,72	1,71	1,70	1,69	1,68	1,67	1,66	1,65	1,64	1,63	1,625	1,62	1,61	1,60	1,59
T a l l a (m)	Hombre (18-59 años)	1,66	1,65	1,64	1,63	1,62	1,61	1,60	1,59	1,58	1,57	1,56	1,555	1,55	1,54	1,53
T a l l a (m)	Hombre (60-90 años)	1,63	1,62	1,61	1,60	1,59	1,58	1,57	1,56	1,55	1,54	1,53	1,52	1,51	1,49	1,48
Longitud rodilla (cm)		50,0	49,5	49,0	48,5	48,0	47,5	47,0	46,5	46,0	45,5	45,0	44,5	44,0	43,5	43,0
T a l l a (m)	Mujer (18-59 años)	1,61	1,60	1,59	1,585	1,58	1,57	1,56	1,55	1,54	1,53	1,52	1,51	1,50	1,49	1,48
T a l l a (m)	Mujer (60-90 años)	1,58	1,57	1,56	1,55	1,54	1,53	1,52	1,51	1,50	1,49	1,48	1,47	1,46	1,45	1,44

Talla 2

TAR2 = MUJER DE 19 - 59 AÑOS: (AR x 1.86) – (A x 0.05) + 70.25

MUJER DE 60 - 80 AÑOS:(AR x 1.91) - (A x 0.17) + 75

VARON DE 19 - 59 AÑOS: (AR x 1.88) + 71.85

VARON DE 60 – 80 AÑOS: (AR x 2.08) + 59.01

AR = altura rodilla

A = edad

ANEXO 3: CONSENTIMIENTO INFORMADO POR ESCRITO PARA EL PACIENTE

Título del estudio: “valoración nutricional con parámetros antropométricos fáciles de medir en ancianos hospitalizados”.

Yo, (nombre y apellidos del participante)

He leído la hoja de información que se me ha entregado.

He podido hacer preguntas sobre el estudio y he recibido suficiente información sobre el mismo.

He hablado con:(nombre del investigador)

Comprendo que mi participación es voluntaria.

Comprendo que puedo retirarme del estudio:

- 1) cuando quiera
- 2) sin tener que dar explicaciones
- 3) sin que esto repercuta en mis cuidados médicos
- 4) puedo decidir no realizar todas las valoraciones, como control glucemia capilar o antropometría o cualquier otra.

Presto libremente mi conformidad para participar en el estudio.

Deseo ser informado sobre los resultados del estudio: sí no (marque lo que proceda)

Doy mi conformidad para que mis datos clínicos sean revisados por personal ajeno al centro, para los fines del estudio, y soy consciente de que este consentimiento es revocable.

He recibido una copia firmada de este Consentimiento Informado.

Firma del participante:

Fecha:

.....
He explicado la naturaleza y el propósito del estudio al paciente mencionado

Firma del Investigador:

Fecha:

ANEXO 4: Informe para médico de planta de HUMS

Servicio de Endocrinología - Unidad de Nutrición y Dietética



Paciente: de la Habitación:

Nº de historia clínica:.....

Valoración nutricional realizada el dia: En Servicio de:.....

Parámetros valorados	Resultado		
MNA	Normal	Riesgo de malnutrición	Desnutrición
Analítica	Alb:	CT:	Linf:
Antropometría			
Composición corporal			

Tendencia nutricional del paciente:

Su estado nutricional es:

<input type="checkbox"/>	Obesidad grado:
<input type="checkbox"/>	Sobrepeso grado:
<input type="checkbox"/>	Normal
<input type="checkbox"/>	Desnutrición proteica pura:
<input type="checkbox"/>	Desnutrición calórica pura:
<input type="checkbox"/>	Desnutrición mixta:

IMC:

Recomendaciones dietéticas personalizadas:

ANEXO 5: FICHA RECOGIDA DE DATOS VALORACIÓN NUTRICIONAL

- Apellidos y nombre:
- Día de valoración
- Sexo: Edad:
- Peso: Talla: IMC:
- Tipo de dieta: Espesante: Suplemento:
- Talón-rodilla: Antebrazo:
- Pliegue cutáneo tricipital:
- Perímetro del cuello: Perímetro abdominal:
- Circunferencia brazo: Circunferencia pantorrilla:
- C. muscular del brazo: C.muscular de pantorrilla:
- Fuerza del pulgar: Fuerza de la mano:
- Pliegue cutáneo tricipital:
- Impedancia: Reactancia:
- Analítica:
- Colesterol total: Albúmina: Linfocitos:
- Resultado Conut:
- Resultado MNA:

ANEXO 6: Recogida de datos de MNA

Mini Nutritional Assessment MNA®

Nestlé
Nutrition Institute

Apellidos:	Nombre:			
Sexo:	Edad:	Peso, kg:	Altura, cm:	Fecha:

Responda a la primera parte del cuestionario indicando la puntuación adecuada para cada pregunta. Sume los puntos correspondientes al cribaje y si la suma es igual o inferior a 11, complete el cuestionario para obtener una apreciación precisa del estado nutricional.

Cribaje

A Ha perdido el apetito? Ha comido menos por falta de apetito, problemas digestivos, dificultades de masticación o deglución en los últimos 3 meses?

- 0 = ha comido mucho menos
- 1 = ha comido menos
- 2 = ha comido igual

J. Cuántas comidas completas toma al día?

- 0 = 1 comida
- 1 = 2 comidas
- 2 = 3 comidas

B Pérdida reciente de peso (<3 meses)

- 0 = pérdida de peso > 3 kg
- 1 = no lo sabe
- 2 = pérdida de peso entre 1 y 3 kg
- 3 = no ha habido pérdida de peso

K. Consumo el paciente

- productos lácteos al menos una vez al día?
- huevos o legumbres 1 o 2 veces a la semana?
- carne, pescado o aves, diariamente?

sí no

0.0 = 0 o 1 síes

0.5 = 2 síes

1.0 = 3 síes

 .

C Movilidad

- 0 = de la cama al sillón
- 1 = autonomía en el interior
- 2 = sale del domicilio

L. Consumo frutas o verduras al menos 2 veces al día?

- 0 = no
- 1 = sí

D Ha tenido una enfermedad aguda o situación de estrés psicológico en los últimos 3 meses?

- 0 = sí
- 2 = no

M. Cuántos vasos de agua u otros líquidos toma al día? (agua, zumo, café, té, leche, vino, cerveza...)

- 0.0 = menos de 3 vasos
- 0.5 = de 3 a 5 vasos
- 1.0 = más de 5 vasos

 .

E Problemas neuropsicológicos

- 0 = demencia o depresión grave
- 1 = demencia moderada
- 2 = sin problemas psicológicos

N. Forma de alimentarse

- 0 = necesita ayuda
- 1 = se alimenta solo con dificultad
- 2 = se alimenta solo sin dificultad

F Índice de masa corporal (IMC) = peso en kg / (talla en m)²

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

O. Se considera el paciente que está bien nutrido?

- 0 = malnutrición grave
- 1 = no lo sabe o malnutrición moderada
- 2 = sin problemas de nutrición

Evaluación del cribaje
(subtotal máx. 14 puntos)

 .

12-14 puntos:

estado nutricional normal

8-11 puntos:

riesgo de malnutrición

0-7 puntos:

malnutrición

Para una evaluación más detallada, continúe con las preguntas G-R

P. En comparación con las personas de su edad, cómo encuentra el paciente su estado de salud?

- 0.0 = peor
- 0.5 = no lo sabe
- 1.0 = igual
- 2.0 = mejor

 .

Evaluación

G. El paciente vive independiente en su domicilio?

- 1 = sí
- 0 = no

Q. Circunferencia braquial (CB en cm)

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

 .

H. Toma más de 3 medicamentos al día?

- 0 = sí
- 1 = no

R. Circunferencia de la pantorrilla (CP en cm)

- 0 = CP < 31
- 1 = CP ≥ 31

I. Úlceras o lesiones cutáneas?

- 0 = sí
- 1 = no

Evaluación (máx. 16 puntos)

 .

Cribaje

 .

Evaluación global (máx. 30 puntos)

 .

Evaluación del estado nutricional

De 24 a 30 puntos
De 17 a 23.5 puntos
Menos de 17 puntos

estado nutricional normal
riesgo de malnutrición
malnutrición

Ref: Vellas B, Villar H, Abellan G, et al. Overview of the MNA® - Its History and Challenges. J Nutr Health Aging 2008 ; 10 : 458-465.
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 : M363-377.
Guigoz Y. The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature - What does it tell us? J Nutr Health Aging 2008 ; 10 : 468-497.
© Société des Produits Nestlé, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners
© Nestlé, 1994, Revision 2008. N87200 12/98 10M
Para más información: www.mna-elderly.com