

Abizena:	Izena:			
Sexua:	Adina:	Pisua (kg):	Altuera (cm):	Eguna:

Bete galdetegia laukitxoetan dagokion zenbakia idatziz. Batu zenbakiak galdetegiaren guztizko puntuazioa lortzeko

Galdetegia

A. Azken 3 hilabeteetan, gutxiago jan al du ez delako gose izan, arazo digestiboak eduki dituelako, edota mastekatzeko zein irensteko zailtasunak izan dituelako?

- 0 = Askoz gutxiago jan du
1 = Gutxiago jan du
2 = Ez du gutxiago jan

B. Pisua galdu du azken 3 hilabeteetan

- 0 = 3 kg baino gehiago
1 = Ez daki
2 = 1 eta 3 kg artean
3 = Ez du pisurik galdu

C. Mugikortasuna

- 0 = Ohera edo aulkira lotuta dago
1 = Ohetik/Aulkitik altxatzen da, baina ez da kalera irteten
2 = Kalera irteten da

D. Azken hiru hilabeteetan, eduki al du estres psikologikorik edota gaixotasun psikologiko akutu edo zorrotzik

- 0 = Bai
2 = Ez

E. Arazo neuropsikologikoak

- 0 = Dementzia edo depresio larria
1 = Dementzia moderatua
2 = Arazo psikologikorik ez

F1. Gorputz-masaren indizea (GMI) = (pisua kilogramotan) / (altuera metrotan)²

- 0 = GMI 19 baino txikiagoa
1 = GMI 19 eta 20,9 artean
2 = GMI 21 eta 22,9 artean
3 = GMI 23 edo handiagoa

GMI-a EZAGUTZEN EZ BADA, EGIN F2 GALDERA F1 GALDERAREN ORDEZ.
DAGOENEKO F1 GALDERARI ERANTZUN BADIOZU, EZ ERANTZUN F2 GALDERARI.

F2. Zangosagarraren (pantorrilla) zirkunferentzia (ZZ) zentimetrotan

- 0 = ZZ 31 cm baino txikiagoa
3 = ZZ 31 cm edo handiagoa

Galdetegiaren puntuazioa (14 puntu gehienez)

12 – 14 puntu: egoera nutrizional normala

8 – 11 puntu: malnutrizio-arriskua

0 – 7 puntu: malnutrizioa

Erreferentziak

- 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 Geront*. 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.
- Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, et al. Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF): A practical tool for identification of nutritional status. *J Nutr Health Aging* 2009; **13**:782-788.