

## Mini Nutritional Assessment

Per soggetti di età pari o superiore a 65 anni

Cognome:

Nome:

Data:

Età:

Completate il riquadro riempiendo le caselle con i numeri appropriati.  
Sommi i numeri per ottenere il punteggio finale dello screening.

### Screening

**A Negli ultimi tre mesi ha ridotto la quantità di cibo assunto?**

**[INDICHI UN NUMERO]**

Indichi il numero più appropriato (0, 1 o 2) nella casella a destra.

0 = grave riduzione dell'assunzione di cibo  
1 = moderata riduzione dell'assunzione di cibo  
2 = nessuna riduzione dell'assunzione di cibo

**B Quanto peso ha perso negli ultimi 3 mesi?**

**[INDICHI UN NUMERO]**

Indichi il numero più appropriato (0, 1 o 2) nella casella a destra.

0 = perdita di peso superiore a 3 kg  
1 = non so quanti chili ho perso  
2 = perdita di peso tra 1 e 3 kg  
3 = nessuna perdita di peso

**C Come descriverebbe il suo attuale grado di mobilità?**

**[INDICHI UN NUMERO]**

Indichi il numero più appropriato (0, 1 o 2) nella casella a destra.

0 = non sono in grado di scendere dal letto, di alzarmi da una sedia o da una carrozzina senza l'aiuto di un'altra persona  
1 = sono in grado di scendere dal letto e di alzarmi da una sedia, ma non riesco ad uscire di casa.  
2 = riesco a uscire di casa

**D Nell'arco degli ultimi 3 mesi ha avuto stress psicologici o malattie acute?**

**[INDICHI UN NUMERO]**

Indichi il numero più appropriato (0 o 2) nella casella a destra.

0 = sì  
2 = no

**E In questo periodo ha la sensazione di presentare segni di deterioramento cognitivo e/o di una grave e prolungata depressione?**

**[INDICHI UN NUMERO]**

Indichi il numero più appropriato (0, 1 o 2) nella casella a destra.

0 = sì, ho la sensazione di presentare segni di deterioramento cognitivo o di una prolungata e severa depressione  
1 = sì, ho la sensazione di avere un lieve deterioramento cognitivo ma non credo di essere severamente depresso  
2 = non presento alcun problema né cognitivo né depressivo

**Sommi i punteggi ottenuti alle domande A-E e indichi il numero ottenuto qui accanto.**

Ora, per piacere **SCELGA DI RISPONDERE AD UNA** delle seguenti due domande – F1 oppure F2.

## Domanda F1

| Statura (cm)  |              | Peso (kg)   |             |            |
|---------------|--------------|-------------|-------------|------------|
| 147,5         | Meno di 41.1 | 41.1 – 45.3 | 45.4 – 49.6 | 49.7 o più |
| 150           | Meno di 42.8 | 42.8 – 47.2 | 47.3 – 51.7 | 51.8 o più |
| 152,5         | Meno di 44.2 | 44.2 – 48.7 | 48.8 – 53.4 | 53.5 o più |
| 155           | Meno di 45.6 | 45.6 – 50.4 | 50.5 – 55.2 | 55.3 o più |
| 157,5         | Meno di 47.1 | 47.1 – 52.0 | 52.1 – 57.0 | 57.1 o più |
| 160           | Meno di 48.6 | 48.6 – 53.7 | 53.8 – 58.8 | 58.9 o più |
| 162,5         | Meno di 50.2 | 50.2 – 55.4 | 55.5 – 60.6 | 60.7 o più |
| 165           | Meno di 51.7 | 51.7 – 57.1 | 57.2 – 62.5 | 62.6 o più |
| 167,5         | Meno di 53.3 | 53.3 – 58.8 | 58.9 – 64.4 | 64.5 o più |
| 170           | Meno di 54.9 | 54.9 – 60.6 | 60.7 – 66.4 | 66.5 o più |
| 172,5         | Meno di 56.5 | 56.5 – 62.4 | 62.5 – 68.3 | 68.4 o più |
| 175           | Meno di 58.2 | 58.2 – 64.2 | 64.3 – 70.3 | 70.4 o più |
| 177,5         | Meno di 59.9 | 59.9 – 66.1 | 66.2 – 72.4 | 72.5 o più |
| 180           | Meno di 61.6 | 61.6 – 67.9 | 68.0 – 74.4 | 74.5 o più |
| 182,5         | Meno di 63.3 | 63.3 – 69.8 | 69.9 – 76.5 | 76.6 o più |
| 185           | Meno di 65.0 | 65.0 – 71.8 | 71.9 – 78.6 | 78.7 o più |
| 187,5         | Meno di 66.8 | 66.8 – 73.7 | 73.8 – 80.8 | 80.9 o più |
| 190           | Meno di 68.6 | 68.6 – 75.7 | 75.8 – 82.9 | 83.0 o più |
| 192,5         | Meno di 70.4 | 70.4 – 77.7 | 77.8 – 85.1 | 85.2 o più |
| <b>Gruppo</b> | <b>0</b>     | <b>1</b>    | <b>2</b>    | <b>3</b>   |

Per piacere, faccia riferimento alla tabella di sinistra e segua queste indicazioni:

1. Trovi la sua altezza nella colonna a sinistra della tabella.
2. Faccia un cerchio intorno all'intervallo di peso all'interno del quale rientra e colleghi la sua altezza al suo peso.
3. Guardi sul fondo della tabella per scoprire a quale gruppo (0, 1, 2 o 3) corrisponde il suo peso.

Scriva il numero del gruppo (0, 1, 2 o 3) qui:

Scriva la somma dei punteggi ottenuti alle domande A-E (dalla pagina 1)

Infine, calcoli la somma di questi due numeri. Questa rappresenta il suo **PUNTEGGIO DI SCREENING**:

## Domanda F2 NON RISPONDA ALLA DOMANDA F2 SE HA GIA' COMPLETATO LA DOMANDA F1

Misuri la circonferenza del suo polpaccio sinistro seguendo le istruzioni riportate di seguito:

1. Avvolga un metro da sarta intorno al suo polpaccio per misurarne la circonferenza.
2. Annoti la misura in cm:
  - Se inferiore a 31 cm, scriva "0" nella casella a destra.
  - Se uguale o maggiore di 31 cm, scriva "3" nella casella a destra.

Scriva la somma dei punteggi ottenuti alle domande A-E (dalla pagina 1) qui :

 

Infine, calcoli la somma di questi due numeri. Questa rappresenta il suo **PUNTEGGIO DI SCREENING**:

 

### Punteggio di screening (14 punti come massimo)

12–14 punti: normale stato di nutrizione

8–11 punti: a rischio di malnutrizione

0–7 punti: malnutrito

Copi il suo punteggio di screening:

 

Se il suo punteggio è tra 0-11, porti il questionario ad un professionista sanitario per una consulenza.