

## **ESTAÇÃO 5: AVALIAÇÃO NUTRICIONAL DE IDOSOS**

Esta estação foi elaborada para avaliar a habilidade do examinando de realizar a avaliação antropométrica do idoso, a interpretação dos dados e a orientação nutricional adequada do paciente.

Situação: Paciente vem ao consultório encaminhado pelo médico devido à perda de peso recente associada à progressão da doença de Parkinson.

Tarefa: O examinando deve aplicar a Mini Avaliação Nutricional, explicar ao idoso e ao acompanhante o resultado e fazer orientações quanto às situações inadequadas relacionadas à Nutrição.

Elementos necessários: consultório com balança e estadiômetro; fita métrica inextensível, formulários de Mini Avaliação Nutricional, paciente simulado idoso do sexo masculino, “acompanhante simulada” do sexo feminino, examinador treinado com check-list.

Desenvolvimento: Na porta estará a história e conduta a ser tomada (duração: 40 segundos). Ao entrar na sala, o examinando encontrará o idoso e sua acompanhante sentados em frente à mesa (duração: 7 minutos).

Duração total da estação: 7 minutos e 40 segundos.

### **ORIENTAÇÃO AO EXAMINANDO**

Sr. José, 74 anos, vem à consulta de nutrição acompanhado de sua filha Maria. Ele possui diagnóstico de Doença de Parkinson e apresenta perda de peso recente.

Tarefas:

- 1 - aplique a Mini Avaliação Nutricional (MAN) ao idoso;
- 2 - explique ao paciente e sua acompanhante o resultado do questionário e;
- 3 - de acordo com as informações obtidas pela MAN, faça orientações para correções das situações inadequadas relacionadas à Nutrição.

Fique à vontade para obter informações relevantes e realizar orientações extras, porém, novos dados não serão avaliados.

Você tem **7 (sete) minutos** para essa estação.

## ORIENTAÇÕES AO PACIENTE SIMULADO (IDOSO)

Você se chama José, tem 74 anos, é motorista aposentado e possui diagnóstico de doença de Parkinson e hipertensão arterial sistêmica (pressão alta). Você vai à consulta de nutrição acompanhado de sua filha Maria. O motivo da consulta foi um encaminhamento do seu neurologista, pois ele ficou preocupado com sua perda de peso recente.

Será solicitado que o estudante aplique um questionário para avaliar o seu estado nutricional. Ele também fará algumas medidas antropométricas (peso, altura, circunferência do braço e circunferência da panturrilha). As perguntas do estudante poderão ser dirigidas a você ou sua filha (acompanhante). Responda as perguntas somente se o estudante as fizer diretamente a você.

Durante a consulta você deve mostrar-se um pouco abatido e desanimado. Você possui tremores leves nas mãos. Sempre que você estiver sentado deverá estar de pernas esticadas e com os braços apoiados sobre as pernas. Quando o estudante pedir para pesar e medir você, levante da cadeira e espere as instruções.

A seguir, seguem as instruções para responder às perguntas do questionário:

- Nos últimos meses a sua ingestão de alimentos diminuiu um pouco. Sobra  $\frac{1}{4}$  do prato no almoço e jantar. Você está comendo menos porque não tem força para mastigar alimentos mais duros e tem menos apetite.
- Nos últimos três meses você perdeu 2 Kg.
- Você caminha devagar e com dificuldades, mas consegue caminhar sozinho e sair de casa.
- Você mora com sua filha.
- Você toma quatro tipos de remédios por dia.
- Você almoça e janta o prato que sua filha deixa pronto. Quando acorda toma apenas café com leite. À tarde geralmente não come ou come umas bolachas.
- Todo dia você toma leite quando acorda (café com leite).
- Quase todos os dias você come feijão.
- A maioria dos dias você NÃO come carne, peixe ou frango. Tem no prato que sua filha deixa pronto, mas você acha um pouco duro.
- Você sempre come verduras cozidas no almoço e jantar.
- Os líquidos que você toma durante o dia são: dois a três copos de água e 1 xícara de café com leite.
- Você consegue segurar talheres, mas sente fraqueza para cortar carnes, por exemplo.
- Você NÃO sabe dizer se tem algum problema nutricional e nem comparar a sua saúde com a de outras pessoas de mesma idade.

**IMPORTANTE:** Todas as demais perguntas deverão ser respondidas **NEGATIVAMENTE**. Para seu conhecimento, em anexo está o questionário que será aplicado pelo estudante.

## ORIENTAÇÕES AO PACIENTE SIMULADO (ACOMPANHANTE)

Você se chama Maria, tem 40 anos, é auxiliar administrativa e está acompanhando seu pai à consulta de Nutrição (Sr. José, 74 anos, motorista aposentado com diagnóstico de doença de Parkinson e hipertensão arterial sistêmica - pressão alta). Ele foi encaminhado pelo médico neurologista devido à perda de peso recente.

Será solicitado que o estudante aplique um questionário para avaliar o estado nutricional do paciente. Ele também fará algumas medidas antropométricas (peso, altura, circunferência do braço e circunferência da panturrilha).

As perguntas do estudante poderão ser dirigidas ao paciente ou a você (acompanhante). Responda as perguntas somente se o estudante as fizer diretamente a você. Durante a consulta você deverá permanecer sentada e demonstrar pouco interesse. Não se ofereça para ajudar na aferição das medidas antropométricas, somente se o estudante solicitar.

A seguir, seguem as instruções para responder às perguntas do questionário:

- Nos últimos meses a ingestão de alimentos do Sr. José diminuiu um pouco. Você percebe que sobra  $\frac{1}{4}$  do prato que você deixa pronto para o almoço e o jantar. Você não sabe por que houve redução da ingestão alimentar.
- Nos últimos três meses ele perdeu 2 Kg.
- Ele caminha devagar e com dificuldades, mas consegue caminhar sozinho e sair de casa.
- Ele mora com você e sua filha (neta dele).
- Ele toma quatro tipos de remédios por dia.
- Ele almoça e janta o prato que você deixa pronto. Você não sabe sobre as demais refeições do dia.
- Quase todos os dias tem feijão no prato que você deixa pronto, e ele come.
- Você percebe que na maioria dos dias ele NÃO come carne, peixe ou frango. Tem no prato que você deixa pronto, mas sobra.
- Você sempre deixa verduras cozidas no almoço e jantar no prato pronto, e ele come.
- Você não sabe sobre a quantidade de líquidos que ele toma durante o dia.
- Ele consegue segurar os talheres para se alimentar, mas comenta que está com algumas dificuldades por causa da fraqueza que sente; como cortar carnes, por exemplo.
- Você NÃO sabe dizer se ele tem algum problema nutricional. Acha que o estado de saúde dele é igual ao de outras pessoas da mesma idade.

**IMPORTANTE:** Todas as demais perguntas deverão ser respondidas **NEGATIVAMENTE**. Para seu conhecimento, em anexo está o questionário que será aplicado pelo estudante.

# Mini Nutritional Assessment

## MNA<sup>®</sup>

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<sup>®</sup> - 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<sup>®</sup>) Review of the Literature - What does it tell us? *J Nutr Health Aging*. 2006; **10**:466-487.

© Société des Produits Nestlé, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners  
© Nestlé, 1994, Revision 2009. N67200 12/99 10M

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

## ORIENTAÇÕES AOS AVALIADORES

Está é uma estação de 7 (sete) minutos. Os examinandos receberão as seguintes instruções:

Sr. José, 74 anos, vem à consulta de nutrição acompanhado de sua filha Maria. Ele possui diagnóstico de Doença de Parkinson e apresenta perda de peso recente.

Tarefas:

- 1 - aplique a Mini Avaliação Nutricional (MAN) ao idoso;
- 2 - explique ao paciente e sua acompanhante o resultado do questionário e;
- 3 - de acordo com as informações obtidas pela MAN, faça orientações para correções das situações inadequadas relacionadas à Nutrição.

Fique à vontade para obter informações relevantes e realizar orientações extras, porém, novos dados não serão avaliados.

Você tem **7 (sete) minutos** para essa estação.

Esta estação possui um paciente e uma acompanhante simulados. Ambos foram treinados para fornecer as respostas de acordo com um roteiro. Não cabe ao paciente ou acompanhante simulado qualquer tipo de julgamento sobre o examinando.

A partir da coleta adequada de informações, o resultado esperado para a Mini Avaliação Nutricional (MNA) é “sob risco de desnutrição”, o qual deverá ser explicado pelo examinando ao paciente e acompanhante. Para que o resultado seja diferente do esperado deverá ocorrer erro na coleta de dados para três ou mais questões.

Considerando que a cena possui uma série de itens que, não necessariamente, são abordados de forma consecutiva, familiarize-se com o protocolo de observação antes de iniciar a avaliação.

Ao final do protocolo é solicitada sua resposta para uma avaliação global do examinando. Para orientá-lo em sua decisão, essa seção possui uma descrição das possíveis atitudes e comportamentos do examinando em cada classificação. Se decidir que o desempenho do examinando foi “Abaixo do esperado”, forneça detalhes no campo “Observações”.

Se ocorrerem incidentes que despertem sérias preocupações sobre a adequação do examinando para o exercício da profissão (questões éticas, inadequações de conhecimento ou de domínio de habilidades, de comportamento geral ou de saúde física ou mental) preencha a seção “Aptidão para a Prática” detalhando suas razões de forma clara e precisa. Caso contrário, inutilize essa seção.

## PROTOCOLO DE OBSERVAÇÃO

Nome do avaliador: \_\_\_\_\_ Data: \_\_\_\_\_

Nome do examinando: \_\_\_\_\_

### COMPORAMENTOS

Examinando ...	SIM	NÃO
... apresentou-se?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... utilizou linguagem adequada?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... manteve comunicação simultânea com paciente e acompanhante?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... lavou as mãos antes de manipular o paciente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### ANTROPOMETRIA

Examinando ...	SIM	NÃO
<b>Aferição do peso</b>		
... solicitou retirada dos calçados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... solicitou retirada de roupas pesadas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Aferição da altura</b>		
... solicitou retirada dos calçados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... posicionou pelo menos 3 pontos do corpo do idoso no estadiômetro?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... posicionou a cabeça do idoso no plano de Frankfurt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Aferição do perímetro da panturrilha</b>		
... posicionou o paciente adequadamente (sentado com perna em ângulo de 90° ou em pé com peso distribuído uniformemente)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Aferição do perímetro braquial</b>		
... estabeleceu adequadamente o ponto médio do braço (distância entre a superfície acromial da escápula e o processo olecrano do cotovelo)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

### ORIENTAÇÕES AO PACIENTE

	SIM Satisfatório	SIM Insatisfatório	NÃO
Examinando explicou o resultado da MAN?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Examinando orientou adequações quanto ao ...			
... número de refeições por dia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... consumo semanal de ovos ou leguminosas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... consumo diário de carnes peixe ou ovos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
... consumo de líquidos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**AVALIAÇÃO GLOBAL**

- Abaixo do esperado - Examinando tem dificuldades para obter informações corretamente, apresenta erros na execução da avaliação antropométrica que possam comprometer o diagnóstico nutricional, identifica poucas inadequações do consumo alimentar e/ou orienta as correções de forma insatisfatória/confusa.
  
- Dentro do esperado - Examinando comunica-se bem o suficiente com o paciente e acompanhante para obter as informações corretamente, realiza a antropometria sem erros que possam comprometer o diagnóstico nutricional, identifica a maioria das inadequações do consumo alimentar e orienta as correções satisfatoriamente.
  
- Acima do esperado - Examinando comunica-se fluentemente com o paciente e acompanhante de modo que obtém as informações corretamente, possui desenvoltura para a realização da antropometria de maneira ágil e organizada, identifica a maioria das inadequações do consumo alimentar e orienta as correções de forma clara e satisfatória (apresenta exemplos e sugestões).

Observações:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**APTIDÃO PARA A PRÁTICA**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---