



TABLA DE VALORACIÓN NUTRICIONAL SEGÚN IMC ADULTO MAYOR



| | CLASIFICACIÓN | | | | | |
|--------------|---------------|------|------|-----------|-----------|----------|
| | PESO (kg) | | | | | |
| | Delgadez | | | Normal | Sobrepeso | Obesidad |
| Puntaje MINI | 0 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| IMC | < 19 | ≥ 19 | ≥ 21 | * > 23 | ≥ 28 | ≥ 32 |
| Talla (m) | | | | | | |

INSTRUCCIONES

1. Ubique en la columna TALLA, la talla del adulto mayor (varón o mujer).
2. Compare el peso del adulto mayor con los valores de peso que aparecen en el recuadro y clasificar:

| Valor del peso: | Clasificación | Puntaje para MINI |
|---|---------------|-------------------|
| < al peso correspondiente al IMC 19 | Delgadez | 0 |
| Está entre los valores de peso de IMC ≥ 19 y < 21 | Delgadez | 1 |
| Está entre los valores de peso de IMC ≥ 21 y 23 | Delgadez | 2 |
| Está entre los valores de peso de IMC ≥ 23 y < 28 | Normal | 3 |
| Está entre los valores de peso de IMC ≥ 28 y < 32 | Sobrepeso | 3 |
| ≥ al peso correspondiente al IMC 32 | Obesidad | 3 |

< : menor

> : mayor

≥ : mayor o igual

Fuente: Guigoz Y, Vellas B, Garry PJ. Mini nutritional assessment: a practical assessment tool for grading the nutritional state of elderly patients. In Facts and research in gerontology (supplement on nutrition and aging). Springer Publishing Co, New York, 1994; 15-59.

SIGNOS DE ALERTA

- La pérdida de 2,5 kg en tres meses debe inducir a una nueva evaluación nutricional, porque pueden ser predictivas de una discapacidad.
- Cuando el IMC de normalidad varía en $\pm 1,5$ entre dos controles consecutivos.
- Cuando el valor del IMC se aproxima a los valores límites de la normalidad.
- **Perímetro abdominal ≥ 80 cm en mujeres y ≥ 94 cm en varones.**
- Incremento o pérdida de peso > a 1kg en 2 semanas.
- Cambio de clasificación de IMC en sentido opuesto a la normalidad, por ejemplo: de normal a delgadez, de normal a sobrepeso o de sobrepeso a obesidad.

ADULTO MAYOR

| | CLASIFICACIÓN | | | | | |
|------------------|---------------|------|------|-----------|-----------|----------|
| | PESO (kg) | | | | | |
| | Delgadez | | | Normal | Sobrepeso | Obesidad |
| Puntaje MINI | 0 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 |
| IMC Talla (m) | < 19 | ≥ 19 | ≥ 21 | * > 23 | ≥ 28 | ≥ 32 |
| 1,30 | | 32,1 | 35,4 | 38,9 | 47,3 | 54,0 |
| 1,31 | | 32,6 | 36,0 | 39,5 | 48,0 | 54,9 |
| 1,32 | | 33,1 | 36,5 | 40,1 | 48,7 | 55,7 |
| 1,33 | | 33,6 | 37,1 | 40,7 | 49,5 | 56,6 |
| 1,34 | | 34,1 | 37,7 | 41,3 | 50,2 | 57,4 |
| 1,35 | | 34,6 | 38,2 | 42,0 | 51,0 | 58,3 |
| 1,36 | | 35,1 | 38,8 | 42,6 | 51,7 | 59,1 |
| 1,37 | | 35,6 | 39,4 | 43,2 | 52,5 | 60,0 |
| 1,38 | | 36,1 | 39,9 | 43,9 | 53,3 | 60,9 |
| 1,39 | | 36,7 | 40,5 | 44,5 | 54,0 | 61,8 |
| 1,40 | | 37,2 | 41,1 | 45,1 | 54,8 | 62,7 |
| 1,41 | | 37,7 | 41,7 | 45,8 | 55,6 | 63,6 |
| 1,42 | | 38,3 | 42,3 | 46,4 | 56,4 | 64,5 |
| 1,43 | | 38,8 | 42,9 | 47,1 | 57,2 | 65,4 |
| 1,44 | | 39,3 | 43,5 | 47,7 | 58,0 | 66,3 |
| 1,45 | | 39,9 | 44,1 | 48,4 | 58,8 | 67,2 |
| 1,46 | | 40,5 | 44,7 | 49,1 | 59,6 | 68,2 |
| 1,47 | | 41,0 | 45,3 | 49,8 | 60,5 | 69,1 |
| 1,48 | | 41,6 | 45,9 | 50,4 | 61,3 | 70,0 |
| 1,49 | | 42,1 | 46,6 | 51,1 | 62,1 | 71,0 |
| 1,50 | | 42,7 | 47,2 | 51,8 | 63,0 | 72,0 |
| 1,51 | | 43,3 | 47,8 | 52,5 | 63,8 | 72,9 |
| 1,52 | | 43,8 | 48,5 | 53,2 | 64,6 | 73,9 |
| 1,53 | | 44,4 | 49,1 | 53,9 | 65,5 | 74,9 |
| 1,54 | | 45,0 | 49,8 | 54,6 | 66,4 | 75,8 |
| 1,55 | | 45,6 | 50,4 | 55,3 | 67,2 | 76,8 |
| 1,56 | | 46,2 | 51,1 | 56,0 | 68,1 | 77,8 |
| 1,57 | | 46,8 | 51,7 | 56,7 | 69,0 | 78,8 |
| 1,58 | | 47,4 | 52,4 | 57,5 | 69,8 | 79,8 |
| 1,59 | | 48,0 | 53,0 | 58,2 | 70,7 | 80,8 |
| 1,60 | | 48,6 | 53,7 | 58,9 | 71,6 | 81,9 |
| 1,61 | | 49,2 | 54,4 | 59,7 | 72,5 | 82,9 |
| 1,62 | | 49,8 | 55,1 | 60,4 | 73,4 | 83,9 |
| 1,63 | | 50,4 | 55,7 | 61,2 | 74,3 | 85,0 |
| 1,64 | | 51,1 | 56,4 | 61,9 | 75,3 | 86,0 |
| 1,65 | | 51,7 | 57,1 | 62,7 | 76,2 | 87,1 |
| 1,66 | | 52,3 | 57,8 | 63,4 | 77,1 | 88,1 |
| 1,67 | | 52,9 | 58,5 | 64,2 | 78,0 | 89,2 |
| 1,68 | | 53,6 | 59,2 | 65,0 | 79,0 | 90,3 |
| 1,69 | | 54,2 | 59,9 | 65,7 | 79,9 | 91,3 |
| 1,70 | | 54,9 | 60,6 | 66,5 | 80,9 | 92,4 |
| 1,71 | | 55,5 | 61,4 | 67,3 | 81,8 | 93,5 |
| 1,72 | | 56,2 | 62,1 | 68,1 | 82,8 | 94,6 |
| 1,73 | | 56,8 | 62,8 | 68,9 | 83,8 | 95,7 |
| 1,74 | | 57,5 | 63,5 | 69,7 | 84,7 | 96,8 |
| 1,75 | | 58,1 | 64,3 | 70,5 | 85,7 | 98,0 |
| 1,76 | | 58,8 | 65,0 | 71,3 | 86,7 | 99,1 |
| 1,77 | | 59,5 | 65,7 | 72,1 | 87,7 | 100,2 |
| 1,78 | | 60,1 | 66,5 | 72,9 | 88,7 | 101,3 |
| 1,79 | | 60,8 | 67,2 | 73,7 | 89,7 | 102,5 |
| 1,80 | | 61,5 | 68,0 | 74,6 | 90,7 | 103,6 |
| 1,81 | | 62,2 | 68,7 | 75,4 | 91,7 | 104,8 |
| 1,82 | | 62,9 | 69,5 | 76,2 | 92,7 | 105,9 |
| 1,83 | | 63,6 | 70,3 | 77,1 | 93,7 | 107,1 |
| 1,84 | | 64,3 | 71,0 | 77,9 | 94,7 | 108,3 |
| 1,85 | | 65,0 | 71,8 | 78,8 | 95,8 | 109,5 |

< : menor > : mayor ≥ : mayor o igual

IMC = Índice de Masa Corporal

Valores de peso considerados con el primer decimal (sin redondear)

* > 23 : Valores de peso con el primer decimal correspondiente al IMC 23 + 0.1

MINIVALORACIÓN NUTRICIONAL DEL ADULTO MAYOR*

I. ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS

1. Índice de masa corporal

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

2. Perímetro braquial (cm)

- 0,0 = < 21
 1,5 = 21 a < 22
 1,0 = ≥ 22

3. Perímetro de pantorrilla (cm)

- 0 = < 31 1 = ≥ 31

4. Pérdida reciente de peso (últimos 3 meses)

- 0 = > 3 kg
 1 = no sabe
 2 = 1 a 3 kg
 3 = no perdió peso

II. EVALUACIÓN GLOBAL

5. ¿Paciente vive independiente en su domicilio?

- 0 = No 1 = Sí

6. ¿Toma más de tres medicamentos por día?

- 0 = Sí 1 = No

7. ¿Presentó alguna enfermedad aguda o situación de estrés psicológico en los últimos 3 meses?

- 0 = Sí 2 = No

8. Movilidad

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

9. Problemas neuropsicológicos

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

10. Úlceras o lesiones cutáneas

- 0 = Sí 1 = No

III. PARÁMETROS DIETÉTICOS

11. Número de comidas completas que consume al día (equivalente a dos platos y postre)

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

12. Consume lácteos, carne, huevo y legumbres

- Productos Lácteos al menos una vez/día Sí No
 Huevos/legumbres dos a más vec/sem Sí No
 Carnes, pescado o aves diariamente Sí No
 Sí 0 o 1 califica = 0,0
 Sí 2 califica = 0,5
 Sí 3 califica = 1,0

13. Consume frutas y verduras al menos dos veces por día

- 0 = No 1 = Sí

14. ¿Ha comido menos: por pérdida de apetito, problemas digestivos, dificultades para deglutir o masticar en los últimos tres meses?

- 0 = pérdida severa del apetito
 1 = pérdida moderada del apetito
 2 = sin pérdida del apetito

15. Consumo de agua u otros líquidos al día

- 0,0 = < de 3 vasos
 0,5 = de 3 a 5 vasos
 1,0 = más de 5 vasos

16. Forma de alimentarse

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

IV. VALORACIÓN SUBJETIVA

17. El paciente considera que tiene problemas nutricionales

- 0 = malnutrición severa
 1 = no sabe/malnutrición moderada
 2 = sin problemas de malnutrición

18. En comparación con personas de su edad ¿Cómo se encuentra su estado de salud?

- 0,0 = peor 1 = igual
 0,5 = no lo sabe 2 = mejor

TOTAL 30 PUNTOS (MÁXIMO)

INTERPRETACIÓN

- ≥ 24 puntos : bien nutrido
 17 a 23,5 puntos : riesgo de desnutrición
 < 17 puntos : desnutrido

* La MINI valoración nutricional es para uso del especialista

Fuente: Guigoz Y, Vellas B, Garry PJ. Mini nutritional assessment: a practical assessment tool for grading the nutritional state of elderly patients: In Facts and research in gerontology (supplement on nutrition and aging). Springer Publishing Co, New York, 1994; 15-59.



Hecho el Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N.º 2013-14019

© Ministerio de Salud, 2013
 Av. Salaverry cuadra 8 s/n, Jesús María, Lima, Perú.
 Teléfono: (511) 315-6600
 Página web: www.minsa.gob.pe

© Instituto Nacional de Salud, 2013
 Capac Yupanquí 1400, Jesús María, Lima, Perú.
 Teléfono: (511) 748-0000 / 748-1111
 Página web: www.ins.gob.pe

Centro Nacional de Alimentación y Nutrición
 Dirección Ejecutiva de Prevención
 de Riesgo y Daño Nutricional
 Jr. Tizón y Bueno 276, Jesús María,
 Teléfono: (511) 748-0000 Anexo 6625
 Lima, Perú. 2013. 2.ª Edición

Elaboración: Lic. Mariela Contreras Rojas