



Nombre

Fecha

Unidad/Centro

Nº Historia

-CUESTIONARIO "CONOZCA SU SALUD NUTRICIONAL"-

Población mayor de 65 años. Se trata de un cuestionario **autoadministrado**

| AFIRMACIÓN | | |
|---|----|----|
| He tenido una enfermedad o afección que me ha hecho cambiar el tipo y/o cantidad de alimento que como | SI | NO |
| Tomo menos de dos comidas al día | SI | NO |
| Como poca fruta, vegetales o productos lácteos | SI | NO |
| Tomo más de tres vasos de cerveza, licor o vino, casi a diario | SI | NO |
| Tengo problemas dentales que hacen difícil comer | SI | NO |
| No siempre tengo suficiente dinero para comprar la comida que necesito | SI | NO |
| Como sólo la mayoría de las veces | SI | NO |
| Tomo a diario tres o más fármacos recetados o por mi cuenta | SI | NO |
| Sin quererlo, he perdido o ganado 5 kg de peso en los últimos seis meses | SI | NO |
| No siempre puede comprar, cocinar y/o comer por mí mismo por problemas físicos | SI | NO |
| PUNTUACIÓN TOTAL | | |

RIESGO NUTRICIONAL - "CONOZCA SU SALUD NUTRICIONAL"-

Instrucciones para el profesional:

Población diana: Población mayor de 65 años. Se trata de un cuestionario **autoadministrado**, que consta de 10 ítems con respuesta dicotómica. Presenta dos puntos de corte. Cada ítem puntúa conforme a su peso:

| PUNTUACIÓN SEGÚN RESPUESTA | Sí | No |
|---|-----------|-----------|
| He tenido una enfermedad o afección que me ha hecho cambiar el tipo y/o cantidad de alimento que como | 2 | 0 |
| Tomo menos de dos comidas al día | 3 | 0 |
| Como poca fruta, vegetales o productos lácteos | 2 | 0 |
| Tomo más de tres vasos de cerveza, licor o vino, casi a diario | 2 | 0 |
| Tengo problemas dentales que hacen difícil comer | 2 | 0 |
| No siempre tengo suficiente dinero para comprar la comida que necesito | 4 | 0 |
| Como sólo la mayoría de las veces | 1 | 0 |
| Tomo a diario tres o más fármacos recetados o por mi cuenta | 1 | 0 |
| Sin quererlo, he perdido o ganado 5 kg de peso en los últimos seis meses | 2 | 0 |
| No siempre puede comprar, cocinar y/o comer por mí mismo por problemas físicos | 2 | 0 |
| PUNTUACIÓN TOTAL | | |

Su interpretación se hace conforme a los puntos de corte:

- 0 a 2: Bueno. Reevaluar la puntuación nutricional en seis meses.
- 3 a 5: Riesgo nutricional moderado. Tomar medidas para mejorar los hábitos alimentarios y el estilo de vida. Reevaluar en tres meses
- 6 o más: Riesgo nutricional alto. Lleve el cuestionario a su médico, especialista en dietética u otros profesionales de salud cualificados y pida ayuda para mejorar su estado nutricional.

Bibliografía

- Dwyer JT Screening older american's nutritional health: current practices and future possibilities. Washington: Nutrition Screening Initiative, 1991.
- Posner BM, Jette Am, Smith KW, Miller DR. Nutrition and health risks in the elderly: the nutrition screening initiative. Am J Public Health 1993 jul;83(7):972-8.
- Vickery CE, Camasso AE, Cotugna N. Nutrition screening practices in adult day care centers: a national survey. J Nutr Elder 1993;12(4):43-53.
- Vergeles-Blanca J.M., Arroyo-Fernández de Aguilar J., Buitrago F. Valoración de la malnutrición en el anciano. FMC-Aten. Primaria 1998 Ene;1(5):27-36.