

# PROTOCOLO DE VIGILANCIA PARA LA VALORACIÓN NUTRICIONAL DE LA PERSONA MAYOR DE 65 AÑOS EN COSTA RICA

VIGILANCIA ALIMENTARIA NUTRICIONAL

## Adulto mayor

El lineamiento fue publicado el 11 de agosto 2022, elaborado por una comisión institucionalmente coordinada por el Ministerio de Salud.

### JUSTIFICACIÓN

Costa Rica tiene una población en proceso de transición demográfica, con una modificación de la estructura poblacional, producto de la reducción de la natalidad y la fecundidad y un descenso en la mortalidad, lo que ha dado como resultado un incremento de la esperanza de vida.

El envejecimiento viene acompañado de cambios fisiológicos que pueden afectar el estado nutricional.

La nutrición es un pilar fundamental que contribuye al envejecimiento saludable, necesario para que las personas se mantengan sanas, activas y funcionales.

Una adecuada evaluación nutricional resulta fundamental para evitar el deterioro de la persona adulta mayor, incrementar los años de vida con calidad, prevenir la muerte prematura, determinar situaciones de riesgo, e identificar las causas de posibles déficits nutricionales, a fin de generar acciones para mejorar el estado nutricional y evaluar la efectividad de las intervenciones nutricionales

### Criterios técnicos

El protocolo muestra la adecuación de indicadores para la evaluación antropométrica de la persona adulta mayor a fin de que la utilización de medidas adecuadas garanticen la detección precoz de los problemas nutricionales, y el acompañamiento de las intervenciones dietoterapéuticas

Índice de masa corporal (kilos/m <sup>2</sup> ), 65 años y más	Estado Nutricional
Menor a 18,5 kg/m <sup>2</sup>	Desnutrición
De 18,6 a 22,9 kg/m <sup>2</sup>	Riesgo Nutricional
De 23,0 a 27,9 kg/m <sup>2</sup>	Normal
De 28,0-29,9 kg/m <sup>2</sup>	Sobrepeso
Mayor a 30 kg/m <sup>2</sup>	Obesidad

### Eventos de notificación VEoI

- Riesgo nutricional
- Desnutrición
- Obesidad.

### Riesgo Nutricional

- ÍNDICE DE MASA CORPORAL: de 18.6-22.9 kg/m<sup>2</sup>.
- PÉRDIDA INVOLUNTARIA DE PESO CORPORAL
- CAMBIO DE PESO CORPORAL USUAL
- PÉRDIDA DE APETITO:

### Ámbito de aplicación

Todos los establecimientos que brinden servicios de atención y salud dirigidos a población de 65 años y más.

Es de aplicación obligatoria dentro del territorio nacional, sean establecimientos públicos y privados, con o sin fines de lucro.



Valoración nutricional para identificar riesgo nutricional, desnutrición, sobrepeso y obesidad

- a. Historia clínico-nutricional
- b. Historia dietética
- c. Análisis de la posición corporal
- d. Valoración bioquímica
- e. Valoración funcional

