
Guia de Bolso de Avaliação Geriátrica

UnATI

UERJ

Stricto Sensu

Doutorado

Mestrado

Latu Sensu

Especialização (435 horas)

Aperfeiçoamento (90 horas)

Residência em várias
especialidades (2 anos)

Informações

www.unati.uerj.br

unati@uerj.br

Telefones: (21) 2587-7236 e
2587-7672

UnATI

UERJ

874

2843

Point

Jaeger

$\frac{20}{400}$

26

18

$\frac{20}{200}$

638

E W E

X O O

4

10

$\frac{20}{60}$

8745

E M W

O X O

10

7

$\frac{20}{70}$

63925

M E E

X O X

8

5

$\frac{20}{50}$

428365

W E M

X X O

6

3

$\frac{20}{40}$

374258

E W E

X O O

5

2

$\frac{20}{30}$

937826

E M E

X O O

4

1

$\frac{20}{25}$

426739

E W M

O O X

3

+

$\frac{20}{20}$

PUPIL GAUGE (mm)

2

3

4

5

6

7

8

9



MINI EXAME DO ESTADO MENTAL

Orientação – 10 ptos

Identificar:

Ano/ Estação do Ano/ Dia da Semana

Mês/ Dia do Mês/ Local/ Andar

Bairro/ Cidade/ Estado

Registro – 3 ptos

Memorizar: “copo, mala, carro”

Atenção e Cálculo – 5 ptos

Subtrair 7 de 100, e sucessivamente
por 5 vezes

Solettrar “mundo” de trás para frente

Memória de Evocação – 3 ptos

Repetir: “copo, mala, carro”

Linguagem

Nomear “lápiz e relógio” – 2 ptos

Repetir: “nem aqui, nem ali, nem lá” – 1 pto

Seguir comando em 3 etapas: “pegue este
papel com a mão direita, dobre ao meio,
e ponha no chão” – 3 ptos

Seguir comando escrito: “feche os olhos”
– 1 pto

Escrever sentença com sujeito, verbo e
predicado – 1 pto

Copiar o desenho – 1 pto



ESCALA DE DEPRESSÃO GERIÁTRICA, ABREVIADA DE YESAVAGE

- 1 – Satisfeito(a) com a vida ? (não)
- 2 – Interrompeu muitas de suas atividades ? (sim)
- 3 – Acha sua vida vazia ? (sim)
- 4 – Aborrece-se com freqüência ? (sim)
- 5 – Sente-se de bem com a vida na maior parte do tempo ? (não)
- 6 – Teme que algo ruim lhe aconteça ? (sim)
- 7 – Sente-se alegre a maior parte do tempo ? (não)
- 8 – Sente-se desamparado(a) com freqüência ? (sim)
- 9 – Prefere ficar em casa a sair e fazer coisas novas ? (sim)
- 10 – Acha que tem mais problemas de memória que outras pessoas ? (sim)
- 11 – Acha que é maravilhoso estar vivo(a) agora ? (não)
- 12 – Vale a pena viver como vive agora ? (não)
- 13 – Sente-se cheio(a) de energia ? (não)
- 14 – Acha que sua situação tem solução ? (não)
- 15 – Acha que tem muita gente em situação melhor ? (sim)

0 = quando a resposta for diferente do exemplo entre parênteses

1 = quando a resposta for igual ao exemplo entre parênteses

Total > 5 = suspeição de depressão

TESTE DE EQUILÍBRIO E MARCHA

ESCALA DE TINETTI

EQUILÍBRIO

- a) Sentado
 - 0-Escorrega
 - 1-Equilibrado
 - b) Levantando
 - 0-Incapaz
 - 1-Usa os braços
 - 2-Sem os braços
 - c) Tentando levantar
 - 0-Incapaz
 - 1-1 ou + tentativas
 - 2-Única tentativa
 - d) Assim que levanta
 - 0-Desequilíbrio
 - 1-Com suporte
 - 2-Sem suporte
 - e) Em pé
 - 0-Desequilibrado
 - 1-Com suporte/base de sustentação >9cm
 - 2-Sem suporte/base de sustentação pequena
 - f) Teste de 3 tempos (esterno)
 - 0-Começa a cair
 - 1-Agarra ou balança (braços)
 - 2-Equilíbrio
 - g) Olhos fechados
 - 0-Desequilíbrio
 - 1-Equilíbrio
 - h) Girando 360°
 - 0-Passos descontínuos
 - 0-Desequilíbrio
 - 1-Passos contínuos
 - 1-Equilíbrio
 - i) Sentando
 - 0-inseguro/cai da cadeira
 - 1-Usa os braços
 - 2-Seguro
- Total equilíbrio /16

MARCHA

- a) Início
 - 0-Hesita/Tentativas
 - 1-Não hesita
 - b) Comprimento/Altura
 - Pé Direito
 - 0-Não passa da posição
 - 1-Passa da posição
 - 0-Não encosta no chão
 - 1-Encosta no chão
 - Pé Esquerdo
 - 0-Não passa da posição
 - 1-Passa da posição
 - 0-Não encosta no chão
 - 1-Encosta no chão
 - c) Simetria do passo
 - 0-Comprimento diferente
 - 1-Comprimento igual
 - d) Continuidade do passo
 - 0-Não
 - 1-Sim
 - e) Direção
 - 0-Marcado desvio
 - 1-Desvio leve/moderado/ com apoio
 - 2-sem apoio
 - f) Tronco
 - 0-Oscila/com apoio
 - 1-Flexão de joelhos ou costas/abertura de braços
 - 2-Sem oscilação/flexão ou abertura
 - g) No andar
 - 0-Tornozelos separados
 - 1-Tornozelos quase se tocam
- Total marcha /12
- Total geral /28

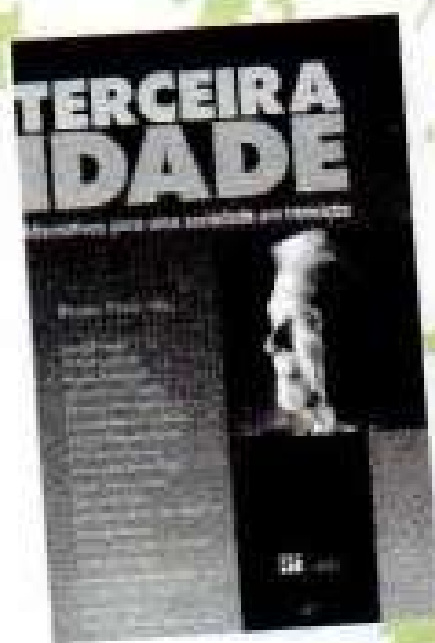
Escala de Atividades Básicas de Vida Diária (Escala de Katz)

1. Banho
 - I. Não recebe assistência
 - A. Assistência para uma parte do corpo
 - D. Não toma banho sozinho
2. Vestuário
 - I. Veste-se sem assistência
 - A. Assistência para amarrar sapatos
 - D. Assistência para vestir-se
3. Higiene Pessoal
 - I. Vai ao banheiro sem assistência
 - A. Recebe assistência para ir ao banheiro
 - D. Não vai ao banheiro para eliminações fisiológicas
4. Transferência
 - I. Deita, levanta e senta sem assistência
 - A. Deita, levanta e senta com assistência
 - D. Não levanta da cama
5. Continência
 - I. Controle esfinteriano completo
 - A. Acidentes ocasionais
 - D. Supervisão; uso de cateter ou incontinente
6. Alimentação
 - I. Sem assistência
 - A. Assistência para cortar carne/
manteiga no pão
 - D. Com assistência, ou sondas, ou fluidos IV

I. independência A. dependência parcial
D. dependência total

Conheça nossas publicações:

- A *UnATI* tem vários livros publicados nas áreas de Geriatria, Gerontologia e Saúde Coletiva.
- *Textos sobre Envelhecimento* - a revista científica da *UnATI* - é indexada. Envie seu artigo para publicação.



www.unati.uerj.br

Escala de Atividades Instrumentais de Vida Diária (Escala de Lawton)

1. Telefone
 - Recebe e faz ligações sem assistência (3)
 - Assistência para ligações ou telefone especial (2)
 - Incapaz de usar telefone (1)
2. Viagens
 - Viaja sozinho (3)
 - Viaja exclusivamente acompanhado (2)
 - Incapaz de viajar (1)
3. Compras
 - Faz compras, se fornecido transporte (3)
 - Faz compras acompanhado (2)
 - Incapaz de fazer compras (1)
4. Preparo de Refeições
 - Planeja e cozinha refeições completas (3)
 - Prepara só pequenas refeições (2)
 - Incapaz (1)
5. Trabalho Doméstico
 - Tarefas pesadas (3)
 - Tarefas leves, com ajuda nas pesadas (2)
 - Incapaz (1)
6. Medicamentos
 - Toma remédios sem assistência (3)
 - Necessita de lembretes ou de assistência (2)
 - Incapaz de tomar sozinho (1)
7. Dinheiro
 - Preenche cheques e paga contas (3)
 - Assistência para cheques e contas (2)
 - Incapaz (1)

1. dependência total 2. dependência parcial 3. independência

Adaptado de: Lawton, M.P. & Brody, E.M. Gerontologist 1969; 9: 179-186.

MINI AVALIAÇÃO NUTRICIONAL

I - Avaliação Antropométrica

- 1 - Índice de Massa Corporal - IMC (kg/m^2)
 0 = IMC < 19
 1 = 19 ≤ IMC < 21
 2 = 21 ≤ IMC < 23
 3 = IMC ≥ 23
- 2 - Perímetro braquial-PB (cm)
 0,0 = PB < 21
 0,5 = 21 ≤ PB < 22
 1,0 = PB ≥ 22
- 3 - Perímetro da panturrilha-PP (cm)
 0 = PP < 31
 1 = PP ≥ 31
- 4 - Perda de peso durante os últimos três meses
 0 = perda de peso > 3 kg
 1 = não sabe informar
 2 = perda de peso entre 1 e 3 kg
 3 = sem perda de peso

II - Avaliação Global

- 5 - Institucionalização/Asilamento
 0 = sim
 1 = não
- 6 - Utilização de mais que 3 drogas prescritas por dia
 0 = sim
 1 = não
- 7 - Estresse psicológico ou doença aguda nos últimos 3 meses
 0 = sim
 2 = não
- 8 - Mobilidade
 0 = restrição à cama ou cadeira
 1 = ergue-se mas não anda
 2 = capaz de andar
- 9 - Problema neuropsicológico
 0 = demência ou depressão severa
 1 = demência média/mediana
 2 = sem problemas psicológicos
- 10 - Úlceras de pele ou de pressão
 0 = sim
 1 = não

III - Avaliação Dietética

- 11 - Ingestão de grandes refeições (almoço/jantar) por dia
 0 = 1 refeição
 1 = 2 refeições
 2 = 3 refeições
- 12 - Consumo de alimentos específicos
 - Ao menos 1 porção de leite e/ou derivados por dia
 - 2 ou mais porções de ovos por semana
 - Carne, peixe ou frango diariamente
 0,0 = se 0 ou 1 resposta positiva
 0,5 = se 2 respostas positivas
 1,0 = se 3 respostas positivas
- 13 - Consumo de 2 ou mais porções de frutas e hortaliças por dia
 0 = não
 1 = sim
- 14 - Declínio da ingestão de alimentos nos últimos 3 meses devido a perda de apetite, problemas digestivos, dificuldades em mastigar ou engolir
 0 = grave perda de apetite
 1 = moderada perda de apetite
 2 = sem perda de apetite
- 15 - Ingestão de líquidos - água, suco, café, chás, leite, vinho, cerveja (xícaras ou copos) por dia
 0,0 = menos que 3
 0,5 = 3 a 5
 1,0 = mais que 5
- 16 - Forma de alimentação
 0 = necessita de assistência
 1 = alimenta-se sem assistência, porém com alguma dificuldade
 2 = alimenta-se sem nenhum problema

IV - Avaliação Subjetiva

- 17 - O paciente considera ter algum problema nutricional?
 0 = desnutrição grave
 1 = não sabe ou desnutrição moderada
 2 = sem problema nutricional
- 18 - Em comparação com outras pessoas da mesma idade, como o paciente considera seu estado de saúde?
 0,0 = não tão boa
 0,5 = não sabe
 1,0 = igual
 2,0 = melhor

Score:
 > 24 - Estado Nutricional adequado
 < 17 - Desnutrição

Adaptado de: Vellas, B. & Guigoz, Y. Facts and Research in Gerontology 1995: 161-164.

Limites de Peso segundo Estatura em metros

Estatura (m)	Baixo Peso	Sobrepeso
	(IMC < 18,5 kg/m^2)	(IMC ≥ 30 kg/m^2)
1,45	38,9	63,1
1,50	41,6	67,5
1,55	44,4	72,1
1,60	47,4	76,8
1,65	50,4	81,7
1,70	53,5	86,7
1,75	56,6	91,9
1,80	59,9	97,2

Adaptado de: WHO, Tech. Rep. Ser. 854 1995:375-411.

PRINCIPAIS SÍNDROMES GERIÁTRICAS

Déficit auditivo
Déficit cognitivo
Déficit visual
Depressão
Desordens do movimento
Fragilidade
Iatrogênese
Imobilidade
Incapacidade
Incontinência
Insônia
Instabilidade
Quedas

UnATI/UERJ

Universidade Aberta da Terceira Idade

Rua São Francisco Xavier, 524 10º andar Bloco F

20559-900 Rio de Janeiro RJ

Tel: (21)2587-7236 e 2587-7672

Fax: (21) 2587-7458

www.unati.uerj.br