



The Application of Manut (Muscle Nutrition Management) in the Elderly in Increasing the Degree of Health During the Covid-19 Pandemic in the Region of Medan Sunggal District

Eqlima Elfira¹, Bina Melvia Girsang², Nurbaiti³, Ance Marintan D. Sitohang⁴

^{1,3}[Departemen of Medival Surgery and Basic Nursing, University Sumatera Utara]

²[Departemen of Maternity and Child Nursing, University Sumatera Utara]

⁴[Departemen of Management, Faculty of Economics and Business, University Sumatera Utara]

Abstract. Nutrition is a top priority in determining the health of the elderly. Nutritional disorders in the elderly are often difficult to detect and require careful nutritional assessment (Wells & Dumbrell, 2006). One of the factors that influence it is nutritional care which has a positive effect on the energy intake of the elderly, so that the role of the elderly themselves is needed in maintaining their healthy quality (Akbar & Eatall, 2020). The purpose of this community service activity is to assess nutritional status and train the elderly in muscle nutrition management in the form of a book listing the activities carried out and their explanations. This activity was carried out on August 12, 2021 in the area of the Medan Sunggal sub-district. These activities provide important benefits for the regulation of elderly nutrition and provide motivation that the elderly are able to make changes in healthy living behavior.

Keyword: Nutrition Assessment, Nutritional Status, Nutritional Support, Elderly

Abstrak. Nutrisi adalah prioritas utama dalam menentukan Kesehatan lanjut usia. Gangguan nutrisi pada lansia seringkali sulit dideteksi sehingga membutuhkan penilaian nutrisi yang cermat. Salah satu factor yang mempengaruhinya adalah pengasuhan gizi yang memiliki efek positif pada asupan energi lansia tersebut, sehingga dibutuhkanannya peran lansia itu sendiri dalam menjaga kualitas sehatnya. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan penilaian status nutrisi dan melatih lansia dalam melakukan manajemen nutrisi otot dalam bentuk buku daftar kegiatan yang dilakukan dan penjelasannya. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 agustus 2021 di wilayah di wilayah kecamatan Medan Sunggal. Aktivitas tersebut memberikan manfaat yang penting bagi pengaturan nutrisi lansia dan memberikan motivasi bahwa lansia mampu melakukan perubahan perilaku hidup sehat.

Kata Kunci: Penilaian Nutrisi, Status Nutrisi, Dukungan Nutrisi, Lansia

Received 15 March 2022 | Revised 18 March 2022 | Accepted 05 April 2022

*Corresponding author at: Departemen of Medival Surgery and Basic Nursing, University Sumatera Utara

E-mail address: eqlima.elfira@usu.ac.id

1. Pendahuluan

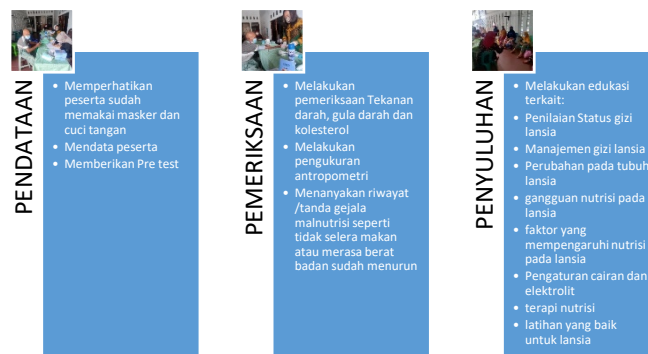
Lokasi mitra terletak di kecamatan Medan Sunggal Lingkungan III. Medan Sunggal merupakan salah satu dari 21 kecamatan yang berada di kota Medan, provinsi Sumatera Utara, Indonesia. Kecamatan Medan Sunggal berbatasan dengan Kabupaten Deli Serdang di sebelah Barat, Medan Baru di sebelah Timur, Medan Selayang di sebelah selatan, dan Medan Helvetia di sebelah Utara dengan luas 15,44 km². Komposisi penduduk yang dimiliki oleh Kecamatan Medan Sunggal terdiri dari suku Jawa, Aceh, Batak, Cina, mulai dari penduduk asli hingga penduduk perantauan. Jumlah penduduk yang mendiami wilayah Kecamatan Medan Sunggal adalah 117.535 jiwa. Profesi penduduk di kelurahan ini mayoritas sebagai wirasaha, pensiunan pegawai negeri sipil dan lain sebagainya. Peningkatan angka harapan hidup (AHH) di Indonesia merupakan salah satu indikator keberhasilan pembangunan di Indonesia. AHH tahun 2014 pada penduduk perempuan adalah 72,6 tahun dan laki-laki adalah 68,7 tahun. Jumlah penduduk lanjut usia di Indonesia menjadi 18,781 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2025 akan mencapai 36 juta jiwa. Lansia akan menimbulkan masalah kesehatan karena terjadi kemunduran fungsi tubuh apabila tidak dilakukan upaya pelayanan kesehatan yang baik [13]. Jumlah penduduk menurut kelompok umur dan jenis kelamin pada rentang usia 472.257 orang pada tahun 2015 di kota Medan [14]. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, masalah kesehatan yang banyak terjadi adalah penyakit tidak menular seperti hipertensi, masalah gigi, penyakit sendi, masalah mulut, diabetes mellitus, penyakit jantung dan stroke, dan penyakit menular antara lain seperti ISPA, diare, dan pneumonia. Salah satu program pemerintah yang meningkatkan status kesehatan lansia adalah kegiatan Posyandu Lansia [15]. Lansia dengan diabetes berhubungan dengan kondisi kronik seperti hipertensi, dislipidemia dan penyakit kardiovaskuler yang berdampak pada nutrisi. Masalah pencapaian dan pemeliharaan berat badan yang optimal pada lansia dengan diabetes tidaklah sederhana dalam kelompok usia lainnya. Meskipun begitu peningkatan prevalensi kegemukan memberikan kontribusi pada resistensi insulin dan hiperglikemia, lansia dengan fasilitas perawatan jangka panjang dengan diabetes cenderung berada dalam IMT kurang dari ideal. Beberapa masalah terkait dengan status gizi pada lansia antara lain perubahan nafsu makan, pembatasan diet, kesepian dan depresi mempengaruhi jenis dan jumlah yang dikonsumsi lansia [16][17].

Studi terkait nutrisi lansia (berdasarkan status pernikahan) menunjukkan bahwa lansia yang sudah lama ditinggal pasangan (janda/duda) akan sangat rentan mengalami perubahan status nutrisi. Hal ini dikarenakan perilaku sebagai strategi manajemen gizi mandiri, meliputi kebiasaan makan, pola makan dan puasa [18]. Beberapa studi memahami bahwa antara nutrisi dan Kesehatan otot merupakan salah satu komponen utama untuk mengevaluasi status nutrisi lansia. Untuk menilai potensi mengoptimalkan diet sebagai strategi untuk mempromosikan dan mempertahankan kekuatan otot. Proses penuaan dikaitkan dengan hilangnya massa otot secara bertahap dan progresif ditandai dengan penurunan kekuatan dan ketahanan fisik. Kondisi ini seringkali menjadi faktor penghambat lansia dalam melakukan aktivitas. Sehingga

program yang tepat pada masalah ini adalah melakukan kegiatan Latihan aerobik dan resistensi secara teratur untuk menjaga ketahanan otot.

2. Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan pada kegiatan ini tetap mematuhi prosedur covid-19 dengan tetap memperhatikan keselamatan Bersama. Kegiatan dilaksanakan dengan pembatasan jumlah masyarakat dikarenakan kebijakan PPKM darurat yang tidak melakukan kegiatan keramaian. Kelompok pertama dengan 17 peserta dan kelompok kedua dengan 21 peserta.



Gambar 1. Alur kegiatan pengabdian kepada Masyarakat

Berbagai permasalahan yang dihadapi mitra dapat diatasi dengan menerapkan beberapa strategi dalam penyelesaian masalah. Kegiatan yang dilakukan untuk membantu mengatasi permasalahan yang dialami oleh mitra adalah memberikan pendidikan kesehatan mengenai aplikasi nutrisi otot dalam meningkatkan derajat Kesehatan lansia saat pandemic covid-19 di wilayah kecamatan Medan Sunggal. Kegiatan dilakukan kepada lansia. Aplikasi Manajemen nutrisi otot ini memanfaatkan materi pemahaman berbentuk buku yang didalamnya materi terkait pengetahuan dan pengaturan lansia dalam meningkatkan Kesehatan.

3. Hasil dan Pembahasan

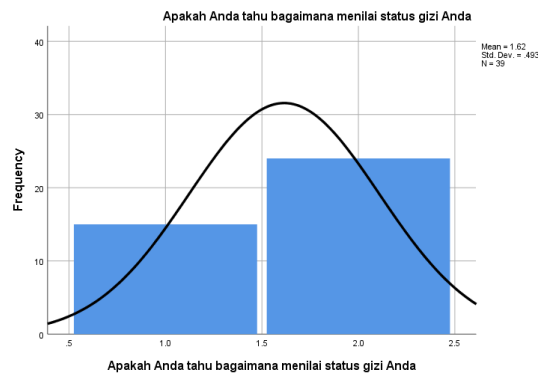
Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 Agustus 2021, bertempat di rumah kepala lingkungan III Kecamatan Medan Sunggal. Kegiatan ini menerapkan protokol kesehatan secara ketat dengan memperhatikan keselamatan peserta dan pelaksana kegiatan. Pelaksana menyediakan: spray disinfektan yang digunakan untuk melakukan pemeriksaan Kesehatan. Memperhatikan peserta yang lupa membawa masker untuk memakai masker medis. Mengingatkan peserta untuk cuci tangan sebelum melakukan pendaftaran.

Tabel.1 Data Hasil Pemahaman Peserta Sebelum Mengikuti Kegiatan Berdasarkan 14
Pertanyaan Pre-Test

No	Pertanyaan	Ya		Tidak	
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
1	Apakah Anda tahu bagaimana menilai status gizi Anda	15	38.5	24	61.5
2	Penilaian Status Gizi Anda, Apakah menggunakan pengukuran berat badan	13	33.3	26	66.7
3	Penilaian Status Gizi Anda, Apakah menggunakan pengukuran tinggi badan	9	23.1	30	76.9
4	Penilaian Status Gizi Anda, Apakah menggunakan pengukuran lingkaran lengan atas (LLA)	14	35.9	25	64.1
5	Penilaian Status Gizi Anda, Apakah menggunakan pengukuran lingkaran betis	7	17.9	32	82.1
6	Penilaian Status Gizi Anda, Apakah menggunakan pengukuran biokimia	3	7.7	36	92.3
7	Apakah Anda selama ini melakukan pengaturan terhadap gizi Anda	17	43.6	22	56.4
8	Apakah Anda menghitung jumlah kalori yang Anda konsumsi selama ini	5	12.8	34	87.2
9	Apakah Anda menerapkan Olahraga	13	33.3	26	66.7

10	Perubahan pada tubuh Anda adalah pada bagian system pencernaan seperti mengalami penurunan selera makan	32	82.1	7	17.9
11	Apakah Anda mengalami penurunan bobot tubuh	20	51.3	19	48.7
12	Apakah Anda mengalami gangguan nutrisi	14	35.9	25	64.1
13	Apakah Anda tahu bagaimana melakukan terapi nutrisi	4	10.3	35	89.7
14	Apakah menurut Anda, nutrisi Anda dalam keadaan cukup	26	66.7	13	33.3

Dari data table 1. Ini menunjukkan bahwa peserta belum memahami bagaimana melakukan penilaian nutrisi pada lansia. Dari jawaban yang sudah terjawab pada table ini. Hal ini ditunjukkan pada pertanyaan no 1. Terlihat jelas.



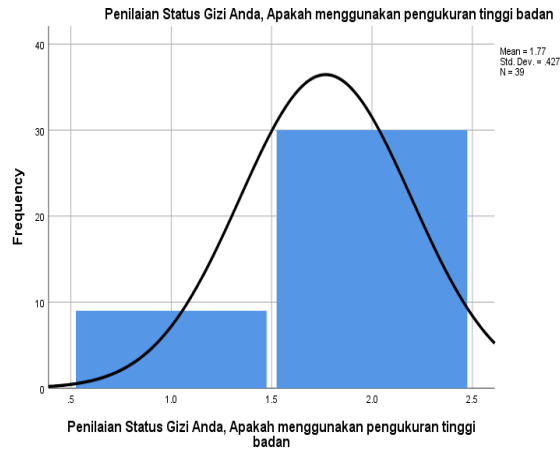
Gambar 2. Grafik Pertanyaan No 1

Jawaban Ya = 1, Tidak = 2 terlihat jelas pada grafik ini dengan terlihatnya peningkatan jawab tidak pada grafik 1 yang bermakna bahwa peserta tidak mengetahui bagaimana menilai status gizi lansia.



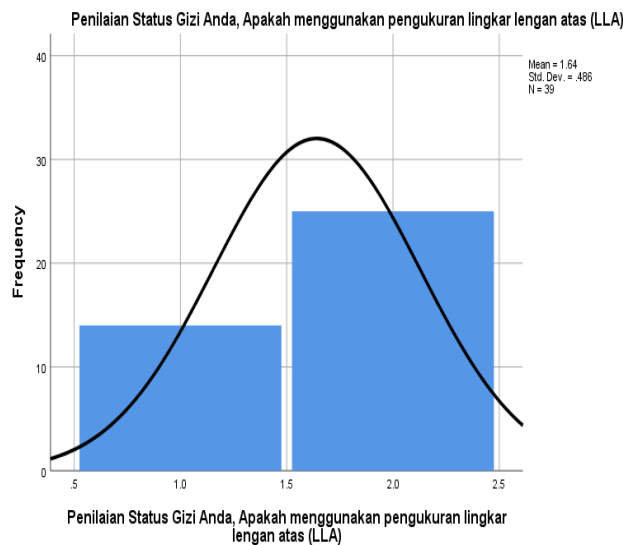
Gambar 2. Peserta Mengetahui Bahwa Status Gizi Dinilai Berdasarkan Pengukuran Berat Badan

Pada grafik 2. Menunjukkan bahwa peserta mengetahui bahwa status gizi dinilai berdasarkan pengukuran berat badan.



Gambar 3. Pengukuran Tinggi Badan Tidak Ada Kaitannya Dengan Penilaian Status Nutrisi

Grafik 3, menunjukkan bahwa pengukuran tinggi badan tidak ada kaitannya dengan penilaian status nutrisi. Penilaian status gizi lansia dapat diukur dengan menggunakan indeks massa tubuh (IMT) yaitu perbandingan berat badan dan kuadrat tinggi badan [1].



Gambar 4. Pengukuran Lingkaran Lengan Atas (LLA) Tidak Dapat Menilai Status Gizi Lansia

Grafik 4 ini berkaitan erat dengan grafik 3 yang menunjukkan bahwa pengukuran lingkaran lengan atas (LLA) tidak dapat menilai status gizi lansia. Pengukuran lingkaran lengan atas dilakukan pada lansia yang tidak dapat dilakukan pengukuran secara berat badan. Maka penilaian tersebut dapat dilakukan [2].



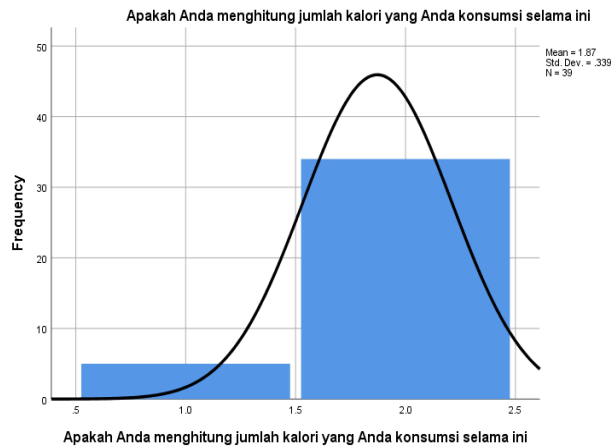
Gambar 5. Pengukuran Lingkaran Betis Tidak Ada Kaitannya Dalam Menilai Status Nutrisi

Grafik 5 ini menunjukkan bahwa pengukuran lingkaran betis tidak ada kaitannya dalam menilai status nutrisi. Studi mengatakan bahwa pengukuran lingkaran betis adalah salah satu indicator penentu bahwa peserta mengalami kelebihan berat badan (obesitas). Dimana obesitas merupakan salah satu factor yang mempengaruhi penyakit diabetes melitus [3].



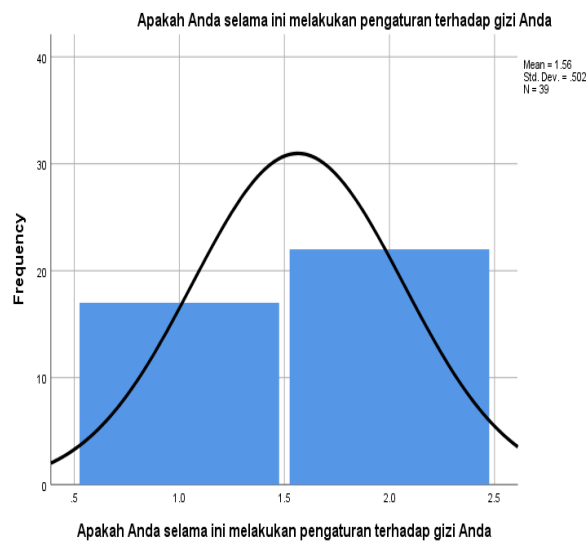
Gambar 6. Peserta Tidak Mengetahui Bahwa Pengukuran Biokimia

Grafik 6 ini menunjukkan bahwa peserta tidak mengetahui bahwa pengukuran biokimia adalah salah satu metode dalam penilaian status gizi yang bersifat langsung. Pemeriksaan biokimia dilakukan untuk mendeteksi Kurang Energi Protein (KEP), anemia gizi besi (AGB), kurang vitamin A (KVA) dan gangguan akibat kekurangan iodium (GAKI) [4].



Gambar 7. Tidak Perlu Pengaturan Terhadap Gizi Lansia

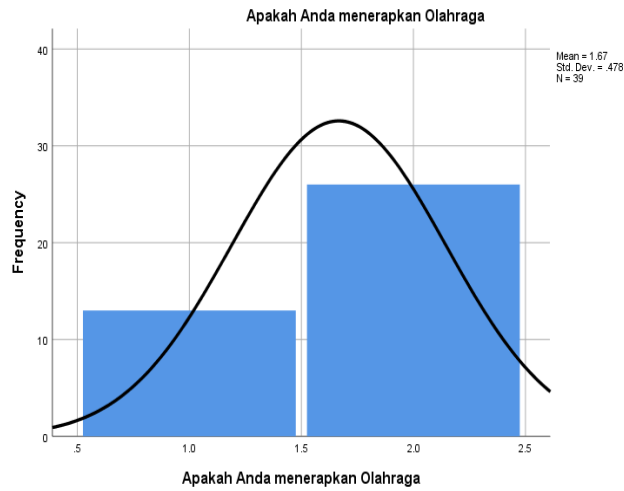
Grafik 7 ini menunjukkan bahwa tidak perlu pengaturan terhadap gizi lansia. Beberapa studi mengatakan bahwa lansia membutuhkan asupan gizi dari semua tumbuhan dan hewan untuk metabolisme sel, mempertahankan status gizi, dan bertahan hidup. Sehingga pengaturan terhadap gizi sangatlah penting agar dapat memantau apakah status nutrisinya mengalami defisiensi atau kelebihan. Respon defisiensi nutrisi akan menghambat respon imunitas serta meningkatkan resiko penyakit infeksi pada lansia [5].



Gambar 8. Peserta Tidak Menghitung Jumlah Asupan Kalorinya Selama Ini

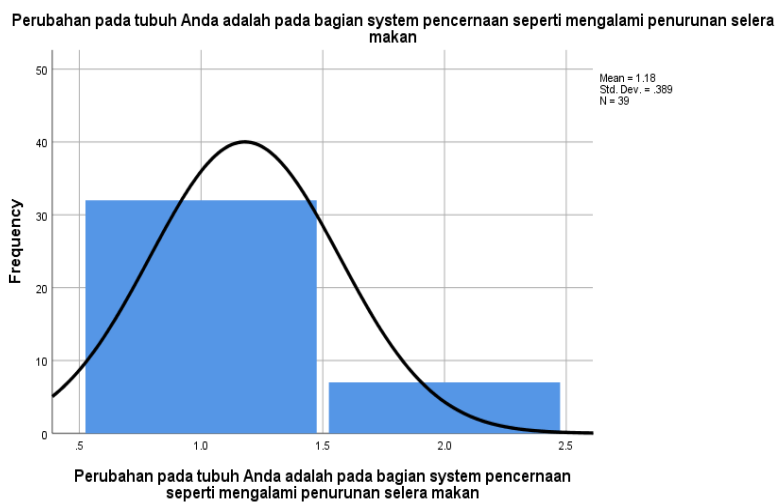
Grafik 8 menunjukkan bahwa peserta tidak menghitung jumlah asupan kalorinya selama ini. Peserta mengkonsumsi makanan berdasarkan keinginan dan selera makan. Sesuai angka kecukupan gizi untuk energi, ada beberapa standar nilai kalori untuk laki-laki yang berusia 50 – 64 tahun yakni sebesar 2150 kilo kalori (kcal) per hari. Untuk usia diatas 65 -80 tahun kebutuhan kalorinya sekitar 1800 kkal. Sedangkan untuk perempuan yang berusia 50-64 tahun asupan energinya sebesar 1800 kkal. Di usia 65-80 tahun kebutuhan kalorinya sebesar 1550 kkal [6].

Tujuan dilakukan perhitungan jumlah kalori agar dapat memenuhi nutrisi seimbang pada otot dan tubuh [7].



Gambar 9. Peserta Tidak Menerapkan Olahraga

Grafik 9 menunjukkan bahwa sekitar 66.7 persen peserta tidak menerapkan olahraga . Studi [8] menyatakan bahwa angka kejadian lansia yang tidak aktif melakukan olahraga sebesar 21,4 persen akan meningkatkan risiko penyakit kronis. Ketidakaktifan dikaitkan dengan perubahan komposisi tubuh yang mengakibatkan peningkatan persentase lemak tubuh dan penurunan massa tubuh tanpa lemak. Dengan demikian, kerugian yang signifikan dalam produksi kekuatan maksimal terjadi dengan tidak aktif. Atrofi otot rangka sering dianggap sebagai tanda penuaan dan kurangnya aktivitas fisik. Sarkopenia didefinisikan sebagai massa otot yang rendah dalam kombinasi dengan kekuatan otot yang rendah dan/atau kinerja fisik yang rendah [9].



Gambar 10. Perubahan Tubuh Yang Terjadi Akibat Gangguan System Pencernaan Yang Dialami Lansia

Grafik 10 menunjukkan perubahan tubuh yang terjadi akibat gangguan system pencernaan yang dialami lansia adalah penurunan selera makan. Menurut peserta, penurunan selera makan sebagai indicator penilaian status nutrisi lansia. Masalah yang mungkin terjadi pada lansia yang erat kaitannya dengan masukan makanan dan metabolisme tubuh serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Hal ini disebabkan oleh terjadinya proses degradasi yang berlangsung sangat cepat yang mengakibatkan terjadinya perubahan status gizi [10].



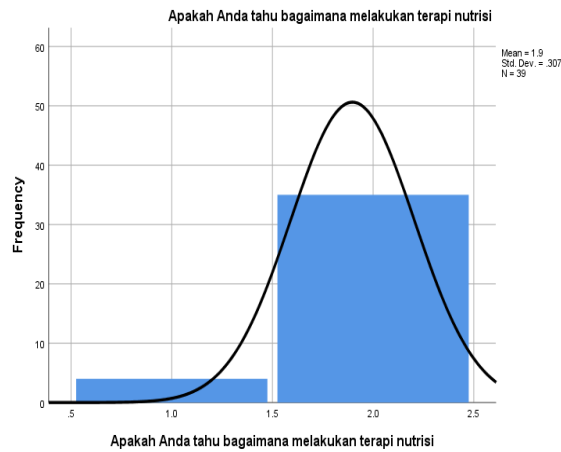
Gambar 11. Indicator Penilaian Status Gizi Adalah Penurunan Berat Badan

Grafik 11 menunjukkan salah satu indicator penilaian status gizi adalah penurunan berat badan. Sekitar 15% hingga 20% lansia akan mengalami penurunan berat badan secara tiba-tiba, menurut Canadian Medical Association Journal. Meskipun beberapa penurunan berat badan dapat menjadi bagian normal dari penuaan – sebagian karena penyusutan massa otot – kehilangan sejumlah besar berat badan dalam waktu singkat dapat menjadi tanda dari kondisi yang mendasarinya. Penurunan berat badan pada orang dewasa yang lebih tua dianggap sebagai masalah ketika ada penurunan berat badan 5% dalam satu bulan atau 10% selama periode enam bulan [11].



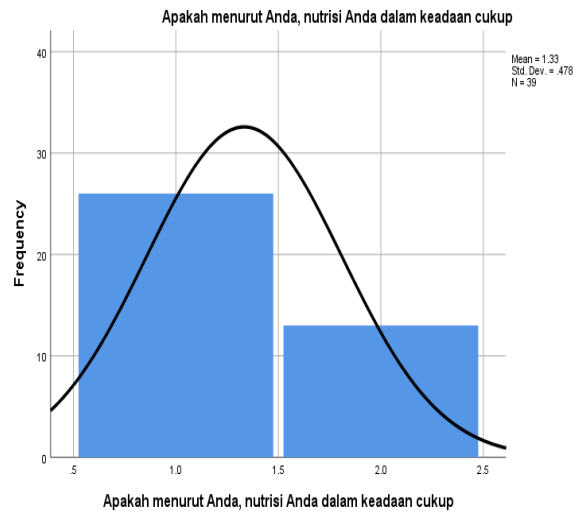
Gambar 12. Peserta Tidak Mengalami Gangguan Nutrisi

Grafik 12 menunjukkan bahwa peserta tidak mengalami gangguan nutrisi pada saat melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 13. Peserta Tidak Mengetahui Bahwa Status Nutrisi Yang Rendah

Grafik 13 menunjukkan bahwa peserta tidak mengetahui bahwa status nutrisi yang rendah dapat diperbaiki dengan melakukan terapi nutrisi. Terapi nutrisi adalah pengobatan suatu kondisi medis, misalnya diabetes mellitus, melalui perubahan pola makan, dengan menyesuaikan kuantitas, kualitas dan cara asupan zat gizi [12].



Gambar 14. Peserta Dalam Nutrisi Yang Cukup

Grafik 14 menunjukkan bahwa peserta dalam nutrisi yang cukup saat mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Peserta menyatakan bahwa nutrisi yang selama ini dikonsumsi sangat baik. Namun berdasarkan data hasil pemeriksaan menunjukkan peserta mengalami beberapa masalah Kesehatan seperti diabetes mellitus dan asam urat.

4. Kesimpulan

Kegiatan ini berjalan dengan lancar diikuti oleh 39 lansia dengan berbagai masalah Kesehatan. Setelah dilakukan pengukuran, ditemukan ada masalah Kesehatan terkait kelebihan berat badan dan kekurangan berat badan akibat asupan gizi yang tidak terpenuhi. Setelah dilakukan edukasi,

lansia memahami pentingnya mengontrol asupan makanan dan memperhatikan nilai gizi tersebut.

5. Ucapan Terima Kasih

Kami pelaksana pengabdian masyarakat mengucapkan terimakasih tak terhingga pada Lembaga Pengabdian pada Masyarakat Universitas Sumatera Utara yang telah memberikan dana untuk kegiatan kepada masyarakat ini dengan nomor kontrak **NON PNBP Universitas Sumatera Utara Sesuai dengan Surat Perjanjian Penugasan Pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat Program Mono Tahun Dosen Muda Tahun Anggaran 2021 Nomor : 185/UN5.2.3.2.1/PPM/2021, Tanggal 7 Juni 2021**, selanjutnya ucapan terimakasih kepada Bapak Rektor Universitas Sumatera Utara, Bapak dekan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara, dan Ibu Kepala Lingkungan III Kecamatan Medan Sunggal yang telah banyak membantu sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat berjalan dengan lancar.

REFERENCES

- [1] Akbar, F., & Eatall, K. (2020). Elderly Nutrition in Banua Baru Village. *Jiksh*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.193>
- [2] Alrina, L. D. (2020). *GIZI SEIMBANG PADA LANSIA DIMASA PANDEMI COVID-19*. [Http://Mardiwaluyo.Blitarkota.Go.Id/](http://Mardiwaluyo.Blitarkota.Go.Id/). <http://mardiwaluyo.blitarkota.go.id/id/berita-opd/gizi-seimbang-pada-lansia-dimasa-pandemi-covid-19>
- [3] Astriana, K., Wiboworini, B., & Kusnandar, K. (2018). Hubungan rentang lengan, tinggi lutut, panjang ulna dengan tinggi badan lansia perempuan di Kecamatan Sewon. *Ilmu Gizi Indonesia*, 1(2), 87. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v1i2.18>
- [4] BPS. (2020). *Pemko Medan*. Pemerintahn Kota Medan. <https://pemkomedan.go.id/hal-kependudukan.html>
- [5] Danny Szlauderbach. (2020). *Sudden Weight Loss: A Warning Sign in Seniors*. [Https://Www.Aplaceformom.Com/](https://Www.Aplaceformom.Com/). <https://www.aplaceformom.com/caregiver-resources/articles/sudden-weight-loss>
- [6] Deutz, N. E. P., Bauer, J. M., Barazzoni, R., Biolo, G., Boirie, Y., Bosy-Westphal, A., Cederholm, T., Cruz-Jentoft, A., Krznarić, Z., Nair, K. S., Singer, P., Teta, D., Tipton, K., & Calder, P. C. (2014). Protein intake and exercise for optimal muscle function with aging: Recommendations from the ESPEN Expert Group. *Clinical Nutrition*, 33(6), 929–936. <https://doi.org/10.1016/j.clnu.2014.04.007>

- [7] Ensure. (2021). *Jaga Kekuatan Untuk Aktif Sepanjang Hari*. Ensure.Co.Id. <https://www.ensure.co.id/artikel/nutrisi/menghitung-kebutuhan-kalori-harian-lansia-dan-cara-memenuhinya>
- [8] Geriatri.id. (2020). *Seberapa Banyak Kebutuhan Kalori Untuk Lansia, Yuk Kita Cari Tahu?* <https://www.geriatri.id/artikel/673/seberapa-banyak-kebutuhan-kalori-untuk-lansia-yuk-kita-cari-tahu>
- [9] HS, I. (2012). Correlation between Factors Affecting Nutritional Needs With Nutrition Status of Elders Residing in UPTD Rumoh Seujahtera Geunaseh Sayang, Banda Aceh. *Idea Nursing Journal, III(2)*, 51–62.
- [10] Indonesian Health Ministry. (2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Kementerian Kesehatan RI*, 1. <https://www.kemkes.go.id/article/view/19070500004/indonesia-masuki-periode-aging-population.html> Kemkes. (2017). *Penilaian Status Gizi*.
- [11] Kholifa, N. S. (2016). Keperawatan Gerontik Komprehensif. In *edisi 8*. <http://library1.nida.ac.th/termpaper6/sd/2554/19755.pdf>
- [12] Langhammer, B., Bergland, A., & Rydwick, E. (2018). The Importance of Physical Activity Exercise among Older People. *BioMed Research International*, 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/7856823>
- [13] Nature. (2020). *Nutrition therapy - Latest research and news | Nature*. <https://www.nature.com/subjects/nutrition-therapy>
- [14] Quandt, S. A., McDonald, J., Arcury, T. A., Bell, R. A., & Vitolins, M. Z. (2000). Nutritional self-management of elderly widows in rural communities. *Gerontologist, 40(1)*, 86–96. <https://doi.org/10.1093/geront/40.1.8>
- [15] Robinson, S., Granic, A., & Sayer, A. A. (2019). Nutrition and muscle strength, as the key component of sarcopenia: An overview of current evidence. In *Nutrients* (Vol. 11, Issue 12). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI). <https://doi.org/10.3390/nu11122942>
- [16] Setiyorini, E., & Arti, N. (2017). Hubungan Status Nutrisi dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 4(2), 125–133. <https://doi.org/10.26699/jnk.v4i>

-
- [17] Vanda, G., Kurniati, A. M., & Suciati, T. (2018). *Hubungan Lingkar Leher, Lingkar Betis Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Sako Kota* <https://repository.unsri.ac.id/12811/>
- [18] Wells, J. L., & Dumbrell, A. C. (2006). Nutrition and aging: assessment and treatment of compromised nutritional status in frail elderly patients. *Clinical Interventions in Aging*, *1*(1), 67–79. <https://doi.org/10.2147/ciia.2006.1.1.67>