

QUESTIONÁRIO DE RISCO DE DIABETES TIPO 2

<p>1. Qual a sua idade?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Menos de 40 anos = 0 ponto • 40-49 anos = 1 ponto • 50-59 anos = 2 pontos • Acima de 60 = 3 pontos 	
<p>2. Você é um homem ou uma mulher?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Homem = 1 ponto • Mulher = 0 ponto 	
<p>3. Se você for mulher, já apresentou diagnóstico de diabetes gestacional?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sim = 1 ponto • Não = 0 ponto 	
<p>4. Você tem mãe, pai, um irmão ou uma irmã com diabetes?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sim = 1 ponto • Não = 0 ponto 	
<p>5. Você já foi diagnosticado como tendo hipertensão?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sim = 1 ponto • Não = 0 ponto 	
<p>6. Você é fisicamente ativo?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sim = 0 ponto • Não = 1 ponto 	
<p>7. Qual é o seu peso corpóreo? Para este tópico, anote seus pontos de acordo com a tabela à direita</p>	
<p>Número total dos pontos: Somatória dos valores individuais referentes às 7 questões acima</p>	

Altura	Peso (kg)		
1,47	54-64	65-86	87+
1,50	56-67	67-89	90+
1,52	58-69	69-92	93+
1,55	60-71	72-95	96+
1,57	62-74	74-98	99+
1,60	64-76	77-102	102+
1,63	66-78	79-105	105+
1,65	68-81	82-108	109+
1,68	70-84	84-112	112+
1,70	72-86	87-115	116+
1,73	74-89	89-118	119+
1,75	77-92	92-122	122+
1,78	79-94	95-126	126+
1,80	81-97	98-129	130+
1,83	83-100	100-133	133+
1,85	86-103	103-137	137+
1,88	88-105	106-141	141+
1,91	91-108	109-144	144+
1,93	93-111	112-148	149+
	1 ponto	2 pontos	3 pontos

Se o total de pontos for **igual ou superior a 5**, você está sujeito a um risco aumentado de desenvolver o diabetes tipo 2. Entretanto, somente o seu médico pode dizer com certeza se você apresenta diabetes tipo 2 ou pré-diabetes. Converse com o seu médico para constatar se testes adicionais são necessários para esclarecer o diagnóstico.