

# ¿Tiene Riesgo de Padecer de Diabetes Tipo 2? ¿Qué Sigue?



## Hable con su médico.

Si está en riesgo de padecer de diabetes tipo 2 puede ser abrumador, y es posible que se sienta un poco perdido. La Asociación Americana de la Diabetes está para ayudarlo. El primer paso es hacer una cita con su médico. Solo su médico puede informarle con seguridad si usted tiene diabetes o no.

No demore: la detección temprana y el tratamiento de la diabetes disminuyen el riesgo de desarrollar complicaciones.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Puede que no presente síntomas visibles o que solo tenga síntomas leves durante años antes de que la diabetes sea diagnosticada.

### Los signos y síntomas comunes de la diabetes tipo 2 incluyen los siguientes:

- Orinar más de lo habitual.
- Sentir mucha sed.
- Sentir hambre incluso después de haber comido.
- Sentirse cansado.
- Tener visión borrosa.
- Tener infecciones frecuentes o heridas y llagas que tardan en curar.
- Tener hormigueo, dolor o entumecimiento en las manos o los pies.

## ¿Cómo se diagnostica la diabetes?

Existen varias formas de diagnosticar la diabetes y, en general, cada una de las formas debe repetirse una segunda vez, un día diferente, para estar seguro de que la padece. Las pruebas deben llevarse a cabo en un lugar de atención médica (como el consultorio de su médico o un laboratorio). Si su médico determina que su nivel de glucosa en la sangre está muy alto o si tiene síntomas clásicos de altos niveles de glucosa en la sangre además de un resultado positivo, es posible que su médico no requiera que se realice una segunda prueba.

## A1C

La prueba de A1C mide su nivel promedio de glucosa en la sangre durante los últimos dos o tres meses. La ventaja de este método de prueba es que no tiene que hacer nada para prepararse.

### Se diagnostica diabetes si:

A1C: 6.5% o más

## Glucosa en plasma en ayunas (FPG)

Esta prueba generalmente se realiza a primera hora de la mañana, antes del desayuno, y verifica su glucosa en la sangre después de no comer ni beber nada (excepto agua) durante ocho horas.

### Se diagnostica diabetes si:

Glucemia en ayunas: 126 mg/dl o más

## Prueba de tolerancia oral a la glucosa (también llamada OGTT)

La OGTT es una prueba de dos horas que verifica los niveles de glucosa en la sangre antes y dos horas después de beber un líquido dulce especial. Le indica al médico cómo procesa su cuerpo la glucosa.

### Se diagnostica diabetes si:

Glucosa en la sangre de dos horas: 200 mg/dl o más

## Prueba Aleatoria de Glucosa en Plasma (también llamada Casual)

Si muestra síntomas graves de diabetes, su médico puede indicarle que realice una prueba de glucosa casual.

### Se diagnostica diabetes si:

Glucosa en la sangre: 200 mg/dl o más

## ¿Qué es la prediabetes?

La prediabetes es una afección que se presenta cuando su nivel de glucosa en la sangre es más alto de lo normal, pero no lo suficientemente alto para ser diabetes. Esta afección lo coloca en riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.

### Los resultados que indican prediabetes son los siguientes:

Prueba de A1C: del 5.7% al 6.4%

Prueba de glucosa en la sangre en ayunas: de 100 a 125 mg/dl

Prueba de glucosa en la sangre de dos horas: de 140 a 199 mg/dl



Visite [diabetes.org](http://diabetes.org) o llame al 1-800-DIABETES (800-342-2383) para obtener más información sobre la Asociación Americana de la Diabetes.