

1. Encuesta de Finnish Diabetes Risk Score

N°	Variable	Parámetros		Escala
1	Edad	Menos de 45 años		0
		45 -54 años		2
		55- 64 años		3
		Más de 64 años		4
2	Índice de masa corporal	Menos de 25 kg/m2		0
		Entre 25-30 kg/m2		1
		Mayor de 30 Kg/m2		3
3	Perímetro de cintura medido por debajo	Hombres	< de 94 cm	0
			94 cm o más	4
		Mujeres	< de 90 cm	0
			90 cm o más	4
4	¿Realiza diariamente al menos 30 minutos de actividad física, en el trabajo y/o en el tiempo libre?	No		2
		Si		0
5	¿Con qué frecuencia come verduras o frutas?	No todos los días		1
		Todos los días		0
6	¿Toma medicación para la hipertensión regularmente?	No		0
		Si		2
7	Le han encontrado alguna vez niveles de glucosa elevados en sangre (En un control médico, durante una enfermedad, durante el embarazo)?	No		0
		Si		5
8	¿Se le han diagnosticado diabetes (tipo1 o tipo2) a alguno de los familiares allegados u otros parientes?	No		0
		Si: abuelos, tía, tío, primo (no padres, hermanos o hijos)		3
		Si: padres, hermanos o hijos.		5

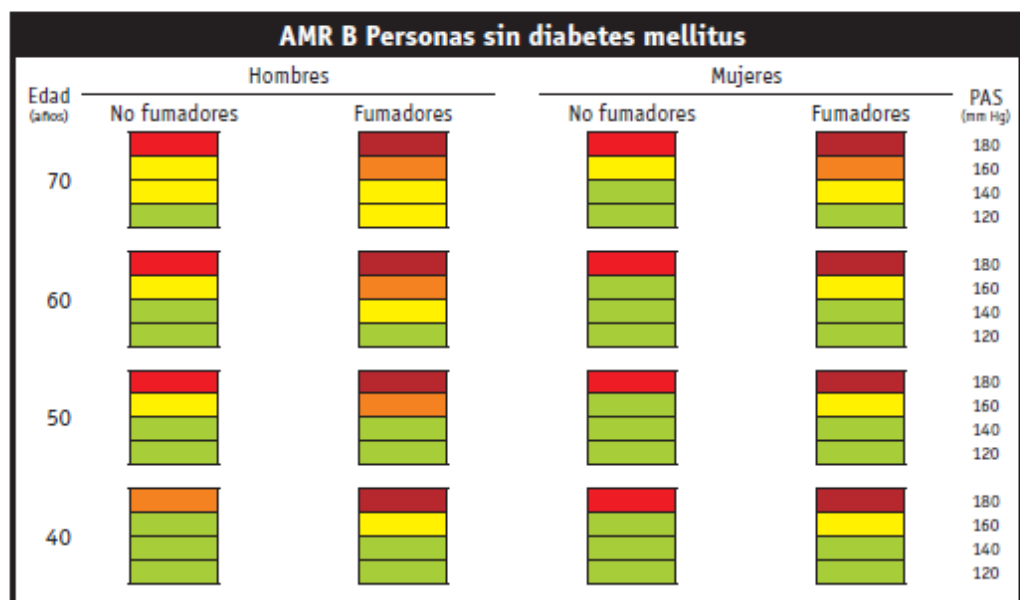
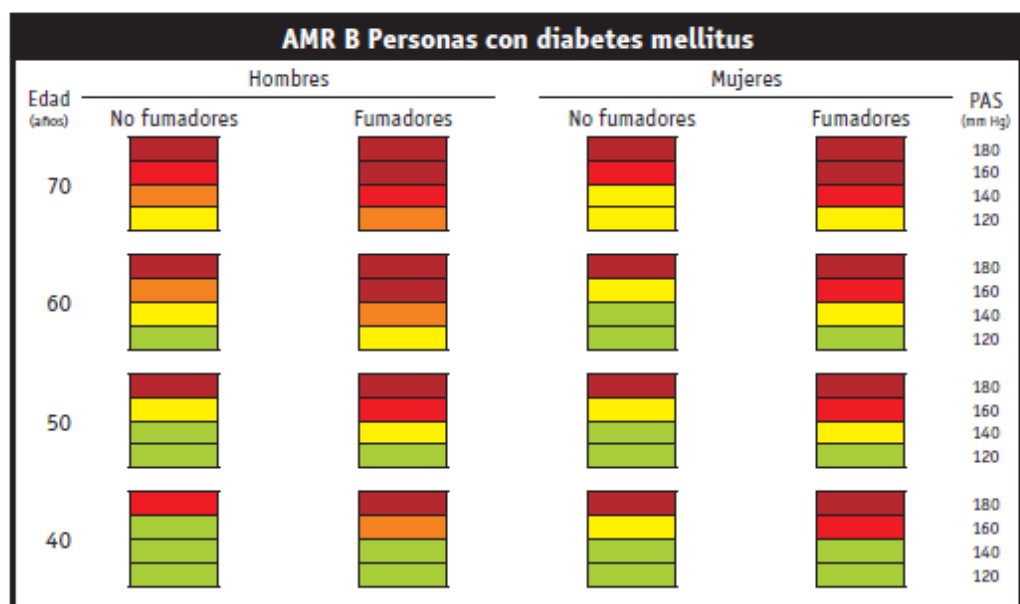
Resultados de encuesta Finnish Diabetes Risk Score (Findrisc) (interpretación)

PORCENTAJE	RIESGO	Resultado Obtenido
Menor de 10	Bajo	
10 a 12	Moderado	
Mayor de 12	Alto	

2. Tabla de predicción de riesgo cardiovascular OMS. Guía de Bolsillo. Pg16

Figura 5. Tabla de predicción del riesgo AMR B de la OMS/ISH, para los contextos en que NO se puede medir el colesterol sanguíneo. Riesgo de padecer un episodio cardiovascular, mortal o no, en un periodo de 10 años, según el sexo, la edad, la presión arterial sistólica, el colesterol total en sangre, el consumo de tabaco y la presencia o ausencia de diabetes mellitus.

Nivel de riesgo ■ <10% ■ 10% a <20% ■ 20% a <30% ■ 30% a <40% ■ ≥40%



Esta tabla sólo debe usarse en los países de la subregión B de la Región de las Américas de la OMS. (véase el cuadro 1).

Resultados de riesgo cardiovascular por tablas de estratificación de la OMS (interpretación)

COLOR	RIESGO	Resultado Obtenido
RIESGO BAJO < 10 %	Riesgo bajo	
RIESGO MODERADO 10 - < 20 %	Riesgo Moderado	
RIESGO ALTO 20 - < 30 %	Riesgo Alto	
RIESGO MUY ALTO 30 - < 40 %	Riesgo Muy alto	
RIESGO EXTREMADAMENTE ALTO > < 40 %	Riesgo extremadamente alto	

3. Estado de peso según IMC

IMC	ESTADO DE PESO	Resultado Obtenido
Menor de 18.5	Bajo Peso	
Entre 18.5 a 24.9	Peso normal	
Entre 25 a 29.9	Sobrepeso	
Entre 30 a 34.9	Obesidad grado I	
Entre 35 a 39.9	Obesidad grado II	
Mayor o igual a 40	Obesidad grado III	