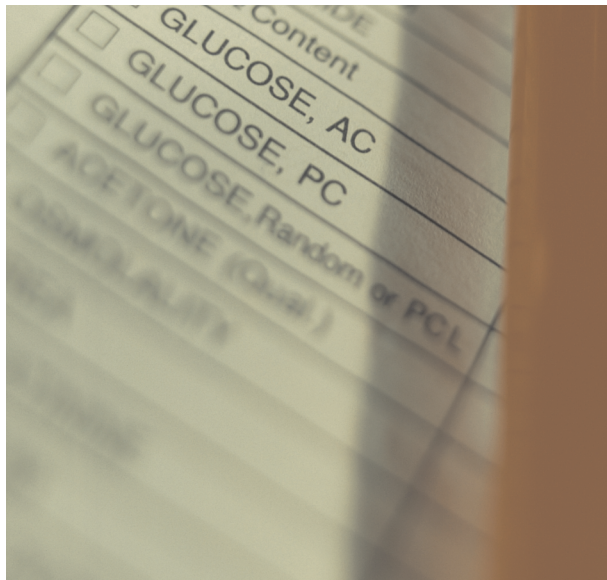


Su prueba: Prueba de diabetes - [Your Test: Diabetes Testing]



Es posible que necesite hacerse una prueba de diabetes si ha tenido síntomas de niveles anormales de azúcar en la sangre. O podría necesitar la prueba si tiene un mayor riesgo de desarrollar diabetes.

Los síntomas de niveles anormales de azúcar en la sangre incluyen tener más hambre o más sed de lo normal. Es posible que tenga que orinar más, especialmente por la noche. Es posible que haya bajado de peso, se sienta muy cansado y tenga visión borrosa.

La prueba, o detección como a veces se la llama, es fácil. Lo único que se requiere es un simple análisis de sangre que puede hacerse en el consultorio de su médico o en un laboratorio.

¿Debe usted hacerse la prueba para detección de diabetes?

Hable con su médico acerca de qué lo pone en riesgo para la diabetes y si debe hacerse una prueba. Algunos expertos sugieren hacerse una detección de diabetes si su presión arterial es más de 135/80. Otros expertos sugieren hacerse

una prueba de diabetes si tiene 45 años de edad o más, especialmente si tiene sobrepeso. Se considera sobrepeso si su índice de masa corporal (IMC) es de 25 o superior. El IMC es una medida de su peso comparado con su altura. Por ejemplo, una persona que mide 6 pies de altura (1.8 m) y pesa entre 185 y 225 libras (84 y 102 kg) se considera que tiene sobrepeso. Su médico puede ayudarle a determinar su IMC.

Si tiene menos de 45 años y tiene sobrepeso, debería considerar hacerse una prueba si:

- Alguno de sus padres, hermanos o hermanas tienen diabetes tipo 2.
- Es afroamericano, hispano, nativo americano, asiático-americano o de las islas del Pacífico.
- Tiene prediabetes. Esto significa que su nivel de azúcar en la sangre está por encima de lo normal pero no es lo suficientemente alto para ser diabetes.
- Tiene presión arterial alta.
- Su colesterol no es normal. Esto significa que el HDL, su colesterol "bueno", es bajo (35 o inferior) o sus triglicéridos son de 250 o más.
- Tuvo diabetes durante el embarazo (diabetes gestacional) o si tuvo un bebé que pesó 9 libras (4 kg) o más.
- No hace nada de ejercicio.
- Usted es una mujer con síndrome de ovario poliquístico (PCOS, por sus siglas en inglés).

¿Cómo se hace la prueba?

Existen varios tipos de pruebas. Su médico decidirá cuál necesita.

- **Azúcar en la sangre en ayunas (FBS, por sus siglas en inglés)** mide la glucosa en la sangre después de que no ha comido durante

al menos 8 horas. A menudo, es la primera prueba que se hace para detectar la diabetes.

- **La prueba A1c** calcula el nivel promedio de azúcar en la sangre durante los últimos 2 o 3 meses. Puede hacerse a cualquier hora del día, incluso después de una comida. Los cambios recientes en la alimentación, ejercicio o medicamentos no afectan los resultados de la prueba.
- **Azúcar en la sangre tomada al azar (RBS, por sus siglas en inglés)** mide la glucosa en la sangre, sin importar a qué hora comió la última vez. Se pueden hacer varias pruebas a lo largo del día. Las pruebas al azar son útiles porque los niveles de glucosa en personas sanas no cambian mucho durante el día. Los niveles de glucosa en la sangre que varían mucho podrían indicar un problema.
- **La prueba oral de tolerancia a la glucosa (OGTT, por sus siglas en inglés)** se utiliza para diagnosticar la diabetes que se produce durante el embarazo. Esta prueba consta de una serie de análisis de sangre que se hacen

después de haber consumido un líquido dulce que contiene glucosa. Esta prueba a veces se utiliza para el diagnóstico de diabetes en alguien que no está embarazada.

- **Azúcar en la sangre 2 horas después de comer (posprandial)** mide la glucosa en la sangre exactamente 2 horas después de haber comido.

¿Con qué frecuencia necesita usted hacerse la prueba?

Si su presión arterial es superior a 135/80, hable con su médico sobre la frecuencia con la que debe hacerse la prueba.

Si tiene 45 años o más, debería hacerse la prueba **cada 3 años**.

Si tiene 45 años o más y tiene sobrepeso, debería hacerse la prueba más a menudo.

Si tiene menos de 45 años y tiene sobrepeso o tiene alguno de los problemas de salud mencionados anteriormente, debe hacerse una prueba más a menudo.

Preguntas para su médico

Haga una lista con sus preguntas o inquietudes a continuación. Lleve esta hoja consigo a la próxima visita con su médico.

Preguntas sobre la prueba de diabetes: