

¿Tiene prediabetes?

1. **¿Cuántos años tiene?**
 Menos de 40 años (0 puntos) 40— 49 años (1 punto) 50—59 años (2 puntos) 60 años o más (3 puntos)

Escribe tu puntaje en el cuadro.



2. **¿Género?**
 Hombre (1 punto) Mujer (0 puntos)

3. **Si eres mujer, ¿alguna vez te han diagnosticado diabetes gestacional?**
 Sí (1 punto) No (0 puntos)

4. **¿Tiene madre, padre, hermana o hermano con diabetes?**
 Sí (1 punto) No (0 puntos)

5. **¿Alguna vez le han diagnosticado presión arterial alta?**
 Sí (1 punto) No (0 puntos)

6. **¿Es físicamente activo(a)?**
 Sí (0 puntos) No (1 punto)

7. **¿Cuál es su estado de peso? (consulta la tabla a la derecha)**



ALTURA	PESO (LBS.)		
4' 10"	119-142	143-190	191+
4' 11"	124-147	148-197	198+
5' 0"	128-152	153-203	204+
5' 1"	132-157	158-210	211+
5' 2"	136-163	164-217	218+
5' 3"	141-168	169-224	225+
5' 4"	145-173	174-231	232+
5' 5"	150-179	180-239	240+
5' 6"	155-185	186-246	247+
5' 7"	159-190	191-254	255+
5' 8"	164-196	197-261	262+
5' 9"	169-202	203-269	270+
5' 10"	174-208	209-277	278+
5' 11"	179-214	215-285	286+
6' 0"	184-220	221-293	294+
6' 1"	189-226	227-301	302+
6' 2"	194-232	233-310	311+
6' 3"	200-239	240-318	319+
6' 4"	205-245	246-327	328+
	(1) Punto	(2) Puntos	(3) Puntos
Pesas menos que la cantidad en la columna de la izquierda (0 puntos)			

Suma tu puntaje.



Si obtuvo 5 puntos o más:
 Tiene más probabilidades de tener prediabetes y estás en alto riesgo de diabetes tipo 2. Una simple prueba de sangre (A1C) puede determinar cuáles son tus niveles de glucosa.

Puede obtener una prueba de A1C a bajo costo (\$25)* en la oficina de su departamento de salud local, donde puede obtener resultados en pocos minutos, además recursos gratuitos para la prevención y el control de la diabetes (se recomienda programar cita).

Washington County (435) 986-2557
Iron County (435) 586-2437
Kane County (435) 296-5477
Beaver County (435) 438-2482
Garfield County (435) 710-5003

*Gratis SOLAMENTE durante Noviembre de 2025, con una puntuación de evaluación de 5 o más y sin diagnóstico previo de diabetes o prediabetes.



swuhealth.gov/diabetes

Examen de salud A1C

Toda la información es confidencial

Fecha de evaluación: _____

Apellido: _____ Nombre: _____

DIRECCIÓN: _____ Ciudad: _____ Estado: _____

Código postal: _____ Teléfono: _____ Correo Electrónico: _____

Fecha de nacimiento: _____ Género: Hombre or Mujer

¿Cómo aprendió sobre la prueba A1C en el Departamento de Salud Pública? _____

¿Quiere información sobre clases o eventos de vida saludable online o en persona? Sí / No

En caso afirmativo, ¿cuál es la mejor manera de contactarle con respecto a estas clases o eventos?

Email o Mensaje de Texto

Información médica y de salud condicional

¿Tiene diabetes? Sí / No ¿Hipertensión arterial? Sí / No

El Departamento de Salud cuenta con otras afiliaciones para ayudar con la inseguridad alimentaria y el abandono del tabaco. Si le interesa obtener más información, responda las siguientes preguntas:

Si usa productos con nicotina, ¿le gustaría tener recursos disponibles para ayudarlo a dejar de fumar? Sí / No

En los últimos 12 meses, ¿le preocupaba que se le acabaran los alimentos antes de tener dinero?

A menudo Cierto A veces Nunca No lo sé

En los últimos 12 meses, la comida que compramos simplemente no nos duró y no tuvimos dinero para comprar más. A menudo Cierto A veces Nunca No lo sé

Consentimiento para Tratamiento y Aviso de Privacidad

Certifico que la información que he proporcionado es verdadera y exacta. Doy mi consentimiento para que se solicite el examen de bienestar. Tuve la oportunidad de hacer preguntas sobre la evaluación, las cuales fueron respondidas satisfactoriamente. POR LA PRESENTE LIBERO AL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DEL SUDOESTE DE UTAH Y A SUS EMPLEADOS DE TODOS RECLAMOS QUE SURJAN DE DICHS EXÁMENES.

Me ofrecieron una copia del Aviso de prácticas de privacidad del Departamento de Salud Pública y tuve la oportunidad de hacer preguntas sobre cómo se puede utilizar mi información.

Firma del paciente

Fecha

Visite swuhealth.gov/diabetes para obtener más información.

IMPORTANTE: Estos resultados no están destinados al diagnóstico. Consulte con su proveedor de atención médica.

