

# DOCUMENTO DI VALUTAZIONE DEL RISCHIO RELATIVO PER DIABETE DI TIPO 2

Marca la risposta corretta e somma i punti delle risposte



## 1. Età anagrafica

- A** 0 p. Sotto i 45 anni
- B** 2 p. 45-54 anni
- C** 3 p. 55-64 anni
- D** 4 p. Sopra i 65 anni



## 6. È mai stato sotto trattamento con farmaci per alta pressione sanguigna con cadenza regolare?

- A** 0 p. No
- B** 2 p. Sì



## 2. Indice di massa corporea

- A** 0 p. Inferiore a 25 kg/m<sup>2</sup>
- B** 1 p. 25-30 kg/m<sup>2</sup>
- C** 2 p. Superiore a 30 kg/m<sup>2</sup>



## 7. Ha mai avuto livelli di glucosio nel sangue più alti della media (durante le analisi di routine, durante un periodo di malattia o in gravidanza)?

- A** 0 p. No
- B** 5 p. Sì



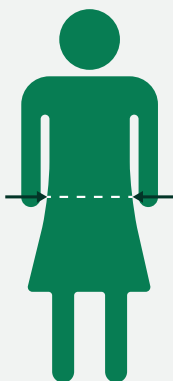
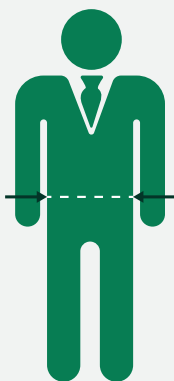
## 3. Circonferenza vita misurata sotto le costole

- |  | UOMINI             | DONNE             |
|--|--------------------|-------------------|
| <input type="checkbox"/> <b>A</b> 0 p. | Inferiore a 94 cm  | Inferiore a 80 cm |
| <input type="checkbox"/> <b>B</b> 3 p. | 94-102 cm          | 80-88 cm          |
| <input type="checkbox"/> <b>C</b> 4 p. | Superiore a 102 cm | Superiore a 88 cm |



## 8. Presenta dei familiari ai quali è stato diagnosticato il diabete di tipo 1 o di tipo 2?

- A** 0 p. No
- B** 3 p. Sì: nonni, zii o cugini di primo grado (escludendo genitori, fratelli, sorelle, figli/e)
- C** 5 p. Sì: genitori, fratelli, sorelle o figli/e



## 4. Svolge attività fisica giornaliera di almeno 30 minuti durante l'orario di lavoro oppure durante il tempo libero?

- A** 0 p. Sì
- B** 2 p. No



## 5. Mangia spesso frutta, verdura o frutti di bosco?

- A** 0 p. Tutti i giorni
- B** 2 p. Non tutti i giorni

## Totale rischio relativo per diabete di tipo 2



Il rischio di sviluppare diabete nei prossimi 10 anni è:

**Medio-Basso:** 0- 11  
Stima di 1 in 25 persone

**Moderato:** 12 -14  
Stima di 1 in 6 persone

**Alto:** 15 - 20  
Stima di 1 in 3 persone

**Molto Alto:** Più alto di 20  
Stima di 1 in 2 persone