

Marque los factores que usted tiene que aumentan la posibilidad de que desarrolle diabetes tipo 2:

- Tiene sobrepeso, especialmente si tiene el peso adicional alrededor de la cintura.
- Tiene miembros de su familia inmediata —padre, madre, hermano o hermana— que tienen diabetes.
- Es latino, afroamericano, nativo norteamericano, asiático americano o isleño del Pacífico.
- Ha tenido diabetes durante el embarazo (diabetes gestacional).
- Ha tenido un bebé que pesó 9 libras o más al nacer.
- Tiene la presión arterial alta.
 - 140/90 mm Hg o más alta, o
 - Un profesional de la salud le ha dicho que tiene presión arterial alta.
- Tiene niveles de colesterol anormales:
 - Si su HDL (colesterol bueno) es de 35 mg/dL o menos
 - Si su nivel de triglicéridos es de 250 mg/dL o más
- Hace actividad física menos de 3 veces por semana.

