



Liga Peruana de
DIABETES

CURSO ESPECIALIZADO

Educador en Diabetes

EDICIÓN 2025

Auspiciado:



RESOLUCIÓN N°012-
2025/AC/DFCS/UPNW

Inicia 30 marzo
Culmina 30 Octubre





INTRODUCCION

El propósito del FINDRISC es identificar de manera temprana a las personas en riesgo de desarrollar diabetes tipo 2, con el fin de implementar estrategias preventivas antes de que la enfermedad se manifieste clínicamente.





Taller de Identificación del Riesgo de tener Diabetes

INTRODUCCION



Summary

Map 1 Number of people with diabetes worldwide and per IDF Region, in 2024-2050 (20-79 years)



Region	2024	2050	Change
World	588.7 Million	852.5 Million	45% increase
Africa (AFR)	24.6 Million	59.5 Million	142% increase
Europe (EUR)	65.6 Million	72.4 Million	10% increase
Middle-East and North Africa (MENA)	84.7 Million	162.6 Million	92% increase
North America and Caribbean (NAC)	56.2 Million	68.1 Million	21% increase
South and Central America (SACA)	35.4 Million	51.5 Million	45% increase
South-East Asia (SEA)	106.9 Million	184.5 Million	73% increase
Western Pacific (WP)	215.4 Million	253.8 Million	18% increase

En el mundo hay 589 millones de personas con Diabetes mellitus, hasta el 2024.

Descargue aquí

<https://diabetesatlas.org/es/resources/idf-diabetes-atlas-2025/>



¿ Qué es el FINDRISC ?

El FINDRISC (Finnish Diabetes Risk Score) es una herramienta de evaluación de riesgo utilizada para identificar a personas con mayor probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2 en los próximos 10 años.

Desarrollado por investigadores finlandeses en el marco de estudios sobre diabetes, principalmente bajo la dirección de Dr. Jaakko Tuomilehto (Tuomilehto, 2001).

Se utiliza para la detección temprana del riesgo de diabetes tipo 2 mediante la evaluación de varios factores de riesgo.



COMPONENTES DE FINDRISC

El FINDRISC evalúa los siguientes factores:

- Edad
- IMC (índice de masa corporal)
- Nivel de actividad física
- Historia de diabetes en familiares de primer grado
- Historia de hipertensión
- Niveles de glucosa en ayunas
- Consumo de frutas y verduras
- Tamaño de la cintura



Sensibilidad y Especificidad

Sensibilidad:

El FINDRISC tiene una alta sensibilidad, lo que significa que es eficaz para identificar a las personas en riesgo de diabetes tipo 2. Según estudios, tiene una sensibilidad que varía entre el 70-80% dependiendo de la población estudiada.

Especificidad:

La especificidad es moderada, lo que implica que algunas personas no en riesgo podrían ser identificadas erróneamente como de alto riesgo. En investigaciones, la especificidad ha sido reportada en alrededor del 60-70% (Lindström et al., 2003).

Valor Predictivo Positivo y Negativo:

El rendimiento del FINDRISC se evalúa a través del valor predictivo positivo (VPP) y negativo (VPN). El VPP aumenta con un umbral de corte más alto para el puntaje de riesgo.



TEST DE FINDRISC

¿Qué edad tiene?

- Menos de 35 años 0 Puntos
- De 35 a 44 años 1 Puntos
- De 45 a 54 años 2 Puntos
- De 55 a 64 años 3 Puntos
- Mayor de 64 años 4 Puntos

¿Existe un diagnóstico de diabetes en, por lo menos, un miembro de su familia?

- No 0 Puntos
- Sí (Abuelos, Tíos, Primos) 3 Puntos
- Sí (Padres, Hijos, Hermanos) 5 Puntos

¿Tiene actividad física por lo menos 30 minutos diarios, fuera de su actividad diaria?

- Sí 0 Puntos
- No 2 Puntos

¿Cuál es la relación de su estatura y peso (Índice de Masa Corporal)?

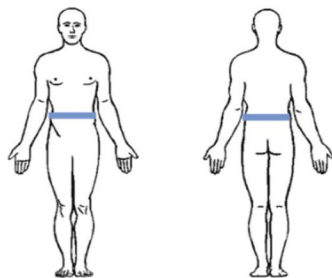
- Menos de 25 0 Puntos
- De 25 a 30 1 Puntos
- Más de 30 3 Puntos

110	48	45	43	40	38	36	34	32	30	29	27
100	46	43	41	38	36	34	32	31	29	28	26
90	44	41	39	37	34	33	31	29	28	26	25
80	42	39	37	35	33	31	29	28	26	25	24
70	40	37	35	33	31	29	28	26	25	24	23
60	38	35	33	31	29	28	26	25	24	22	21
50	35	33	31	29	28	26	25	23	22	21	20
	33	31	29	28	26	25	23	22	21	20	18
	31	29	27	26	24	23	22	21	20	19	18
	29	27	26	24	23	21	20	19	18	17	16
	27	25	24	22	21	20	19	18	17	16	15
	25	23	22	20	19	18	17	16	15	14	14
	23	21	20	19	18	17	16	15	14	13	13
	20	19	18	17	16	15	14	14	13	12	12
	1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00					

¿Qué perímetro de cintura tiene o perímetro abdominal?

Mujeres Varones

- Menos de 80cm Menos de 94 cm 0 Puntos
- 88 hasta 88cm 94 hasta 102 cm 3 Puntos
- Mayor de 88cm Mayor de 102 cm 4 Puntos



¿Con qué frecuencia come fruta, verdura o integrales?

- Diario 0 Puntos
- No Diariamente 1 Puntos

¿Le han recetado medicamentos para la Hipertensión?

- No 0 Puntos
- Sí 2 Puntos

¿Le han detectado alguna vez en un control médico, una glucosa más de 100 ?

- No 0 Puntos
- Sí 5 Puntos

PUNTAJE TOTAL

TABLA DE RESULTADOS

“La Diabetes Tipo 2 Se Debe y Puede Prevenirse”



Menos de 7 Puntos = Riesgo Bajo (1 de cada 100 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Entre 7 y 11 Puntos = Riesgo Ligeramente Aumentado (1 de cada 25 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Entre 12 y 14 Puntos = Riesgo Moderado (1 de cada 6 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Entre 15 y 20 Puntos = Riesgo Alto
(1 de cada 3 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Más de 20 Puntos = Riesgo Muy Alto
(1 de cada 2 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



¿Cómo se calcula el nivel de riesgo de tener Diabetes?



TEST RIESGO DIABETES EN PERU

Original research

Diagnostic accuracy of the Finnish Diabetes Risk Score (FINDRISC) for undiagnosed T2DM in Peruvian population



Antonio Bernabe-Ortiz^{a,b,*}, Pablo Perel^b, Juan Jaime Miranda^{a,c},
Liam Smeeth^b

^a CRONICAS Center of Excellence in Chronic Diseases, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima 18, Peru

^b Faculty of Epidemiology and Population Health, London School of Hygiene and Tropical Medicine, London WC1E 7HT, UK

^c Department of Medicine, School of Medicine, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima 31, Peru

ARTICLE INFO

Article history:

Received 10 April 2018

Received in revised form

23 July 2018

Accepted 29 July 2018

Available online 18 August 2018

Keywords:

Diabetes mellitus, type 2

Glucose tolerance test

Risk assessment

Screening

Diagnostic test

ABSTRACT

Aims: To assess the diagnostic accuracy of the Finnish Diabetes Risk Score (FINDRISC) for undiagnosed T2DM and to compare its performance with the Latin-American FINDRISC (LA-FINDRISC) and the Peruvian Risk Score.

Materials and methods: A population-based study was conducted. T2DM and undiagnosed T2DM were defined using oral glucose tolerance test (OGTT). Risk scores assessed were FINDRISC, LA-FINDRISC and Peruvian Risk Score. Diagnostic accuracy of risk scores was estimated using the c-statistic and the area under the ROC curve (aROC). A simplified version of FINDRISC was also derived.

Results: Data from 1609 individuals, mean age 48.2 (SD: 10.6), 810 (50.3%) women, were collected. A total of 176 (11.0%; 95%CI: 9.4%–12.5%) were classified as having T2DM, and 71 (4.7%; 95%CI: 3.7%–5.8%) were classified as having undiagnosed T2DM. Diagnostic accuracy of the FINDRISC (aROC = 0.69), LA-FINDRISC (aROC = 0.68), and Peruvian Risk Score (aROC = 0.64) was similar ($p = 0.15$). The simplified FINDRISC, with 4 variables, had a slightly better performance (aROC = 0.71) than the other scores.

Conclusion: The performance of FINDRISC, LA-FINDRISC and Peruvian Risk Score for undiagnosed T2DM was similar. A simplified FINDRISC can perform as well or better for undiagnosed T2DM. The FINDRISC may be useful to detect cases of undiagnosed T2DM in resource-constrained settings.

© 2018 The Author(s). Published by Elsevier Ltd on behalf of Primary Care Diabetes Europe.

This is an open access article under the CC BY license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).



Table 4 – Diagnostic accuracy and implications of using a risk score.

Risk score	Sensitivity	Specificity	At high risk of T2DM	T2DM cases detected	Subjects without T2DM
FINDRISC	69.0%	66.8%	371 (37.1%)	76	595
LA-FINDRISC	70.4%	59.1%	441 (44.1%)	77	526
Peruvian Risk Score	64.8%	53.7%	483 (48.3%)	71	478
Simplified FINDRISC	85.9%	46.7%	568 (56.8%)	94	416

All the estimates were calculated assuming that 1000 individuals were screened and a prevalence of 11% of T2DM.





Es un cuestionario producto de un estudio multicéntrico por una década, en el país originario de Finlandia

Cuestionario aceptado y recomendado por la Asociación Americana de Diabetes, Federación Internacional de Diabetes, Asociación Latinoamericana de Diabetes, en el Perú el MINSA esta incluyendo en sus Normas Técnicas de Prevención, tratamiento y Control de la Persona con Diabetes.

TEST DE FINDRISC

¿Qué edad tiene?

Menos de 35 años 0 Puntos

De 35 a 44 años 1 Puntos

De 45 a 54 años 2 Puntos

De 55 a 64 años 3 Puntos

Mayor de 64 años 4 Puntos

¿Existe un diagnóstico de diabetes en, por lo menos, un miembro de su familia?

No 0 Puntos

Sí (Abuelos, Tíos, Primos) 3 Puntos

Sí (Padres, Hijos, Hermanos) 5 Puntos

¿Tiene actividad física por lo menos 30 minutos diarios, fuera de su actividad diaria?

Sí 0 Puntos

No 2 Puntos

¿Cuál es la relación de su estatura y peso (Índice de Masa Corporal)?

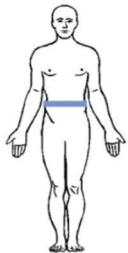
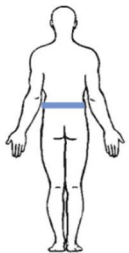
Menos de 25 0 Puntos

De 25 a 30 1 Puntos

Más de 30 3 Puntos

¿Qué perímetro de cintura tiene o perímetro abdominal?

Mujeres	Varones	
<input type="checkbox"/> Menos de 80cm	<input type="checkbox"/> Menos de 94 cm	0 Puntos
<input type="checkbox"/> 88 hasta 88cm	<input type="checkbox"/> 94 hasta 102 cm	3 Puntos
<input type="checkbox"/> Mayor de 88cm	<input type="checkbox"/> Mayor de 102 cm	4 Puntos

¿Con qué frecuencia come fruta, verdura o integrales?

Diario 0 Puntos

No Diariamente 1 Puntos

¿Le han recetado medicamentos para la Hipertensión?

No 0 Puntos

Sí 2 Puntos

¿Le han detectado alguna vez en un control médico, una glucosa más de 100 ?

No 0 Puntos

Sí 5 Puntos

Puntos por respuesta	Estatura (metros)																					
	1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00	1,50	1,60	1,70	1,80	1,90	2,00										
110	48	45	43	40	38	36	34	32	30	29	27	46	43	41	38	36	34	32	31	29	28	26
100	44	41	39	37	34	33	31	29	28	26	25	42	39	37	35	33	31	29	28	26	25	24
90	40	37	35	33	31	29	28	26	25	24	23	38	35	33	31	29	28	26	25	24	22	21
80	35	33	31	29	28	26	25	23	22	21	20	33	33	31	29	28	26	25	23	22	21	20
70	31	29	27	26	24	23	22	21	20	19	18	29	27	26	24	23	21	20	19	18	17	16
60	27	25	24	22	21	20	19	18	17	16	15	25	23	22	20	19	18	17	16	16	15	14
50	23	21	20	19	18	17	16	15	14	13	13	20	19	18	17	16	15	14	14	13	12	12

PUNTAJE TOTAL



¿Qué edad tiene?

- | | | |
|--------------------------|------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> | Menos de 35 años | 0 Puntos |
| <input type="checkbox"/> | De 35 a 44 años | 1 Puntos |
| <input type="checkbox"/> | De 45 a 54 años | 2 Puntos |
| <input type="checkbox"/> | De 55 a 64 años | 3 Puntos |
| <input type="checkbox"/> | Mayor de 64 años | 4 Puntos |



¿Existe un diagnóstico de diabetes en, por lo menos, un miembro de su familia?

No

0 Puntos

Sí (Abuelos, Tíos, Primos)

3 Puntos

Sí (Padres, Hijos, Hermanos)

5 Puntos



¿Realiza Actividad Física 30 minutos al día?

SI

0 Puntos

NO

2 Puntos

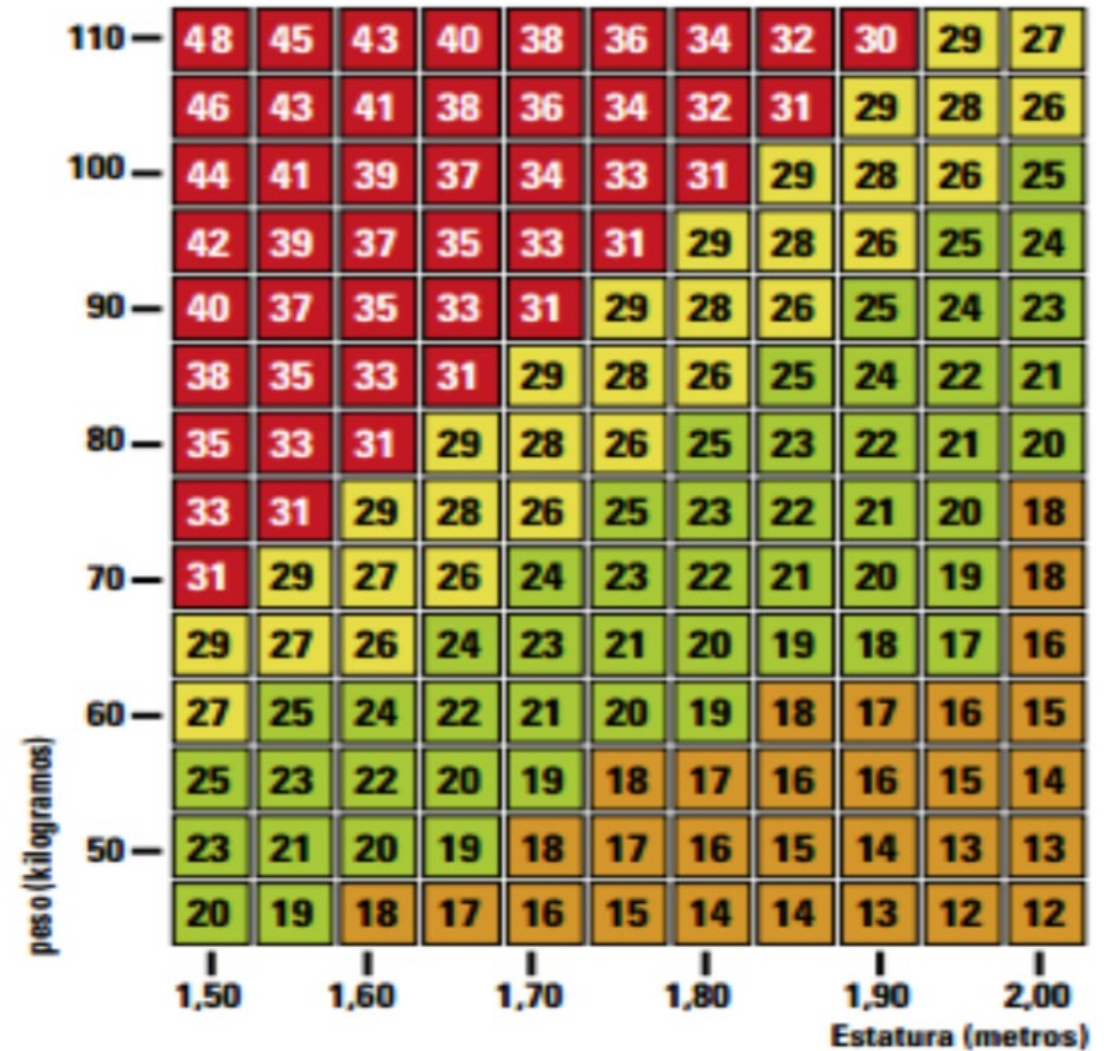


CONTROL DE GLUCOSA



¿Cuál es la relación de su estatura y peso
(Índice de Masa Corporal)?

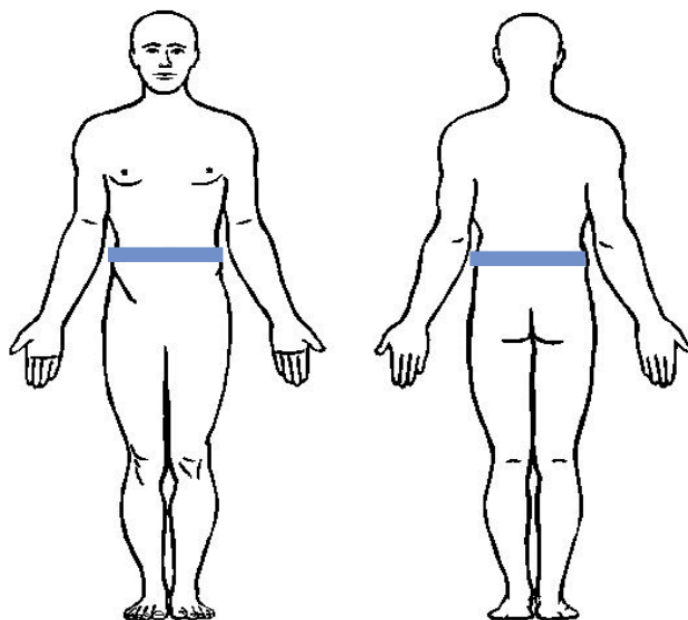
- Menos de 25 0 Puntos
- De 25 a 30 1 Puntos
- Más de 30 3 Puntos





Cintura





¿Qué perímetro de cintura tiene o perímetro abdominal?

	Mujeres	Varones	
<input type="checkbox"/>	Menos de 80cm	Menos de 94 cm	0 Puntos
<input type="checkbox"/>	80 hasta 88cm	94 hasta 102 cm	3 Puntos
<input type="checkbox"/>	Mayor de 88cm	Mayor de 102 cm	4 Puntos



¿Con qué frecuencia come fruta, verdura o integrales?

Diario

0 Puntos

No Diariamente

1 Puntos





¿Le han recetado medicamentos para la Hipertensión?

No

0 Puntos

Si

2 Puntos



¿Le han detectado alguna vez en un control médico, una glucosa más de 100 ?

No

0 Puntos

Si

5 Puntos



¿Qué RIESGO tengo?





TABLA DE RESULTADOS

“La Diabetes Tipo 2 Se Debe y Puede Prevenirse”



Menos de 7 Puntos = Riesgo Bajo (1 de cada 100 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Entre 7 y 11 Puntos = Riesgo Ligeramente Aumentado (1 de cada 25 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Entre 12 y 14 Puntos = Riesgo Moderado (1 de cada 6 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



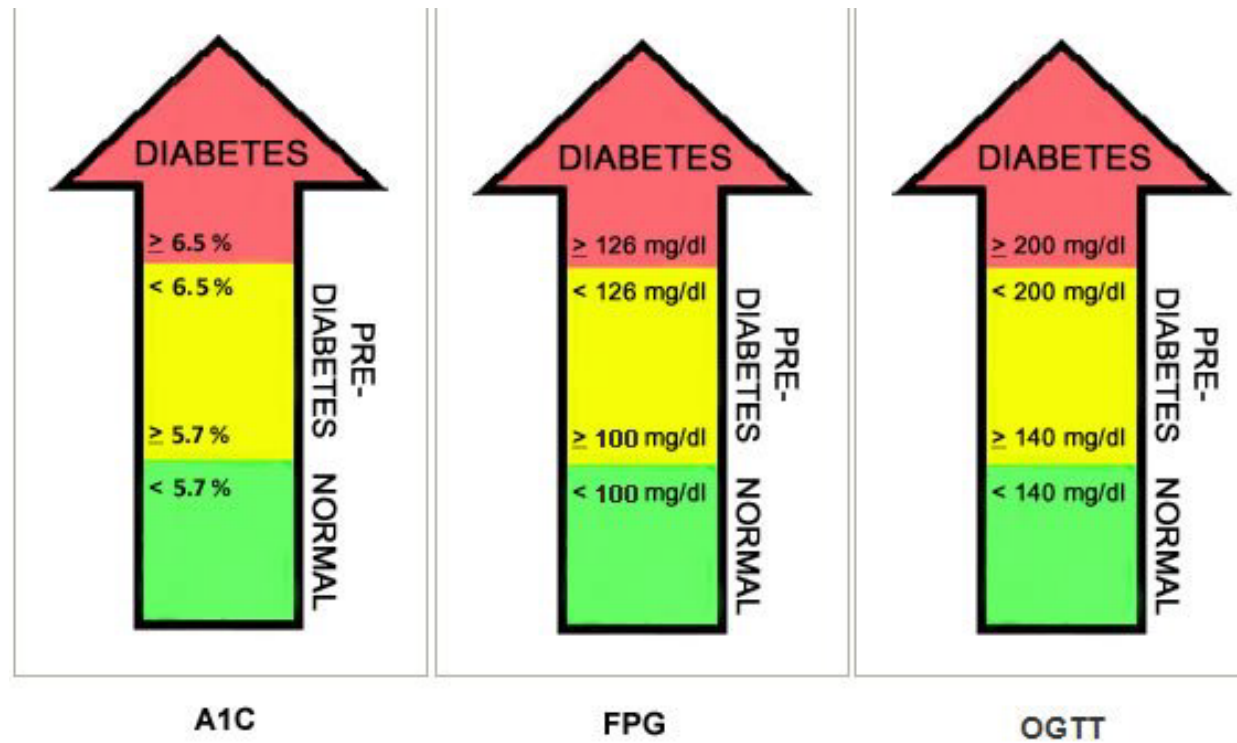
Entre 15 y 20 Puntos = Riesgo Alto
(1 de cada 3 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



Más de 20 Puntos = Riesgo Muy Alto
(1 de cada 2 personas tiene el riesgo de desarrollar Diabetes Tipo 2)



¿Cómo se hace el Diagnostico de Diabetes?







Liga Peruana de
DIABETES

CURSO ESPECIALIZADO

Educador en Diabetes

EDICIÓN 2025

Auspiciado:



Universidad
Norbert Wiener
Powered by Arizona State University™



RESOLUCIÓN N°012-
2025/AC/DFCS/UPNW

Inicia 30 marzo
Culmina 30 Octubre

