

Diabetes gestacional

Cornerstones4Care®

¿Qué es la diabetes gestacional?

La diabetes gestacional es un nivel alto de azúcar en la sangre que se desarrolla durante el embarazo. El nivel de azúcar en la sangre generalmente regresa a la normalidad después de nacer el bebé.

¿Qué causa la diabetes gestacional?

Cuando usted come, algunos alimentos se convierten en azúcar (también llamada glucosa). El azúcar viaja en su sangre a todas las células de su cuerpo. La insulina ayuda al azúcar a moverse de su sangre a sus células. La insulina es una hormona producida por las células beta en su páncreas.

Sus células necesitan azúcar para generar energía. El azúcar de los alimentos hace que su nivel de azúcar en la sangre suba. El azúcar de los alimentos puede ser azúcar en sí misma o puede provenir de los carbohidratos que el cuerpo transforma en azúcar. La insulina baja su nivel de azúcar en la sangre al ayudar a que el azúcar se mueva de su sangre a sus células.

Si usted tiene diabetes gestacional, las hormonas del embarazo aumentan sus niveles de azúcar en la sangre para satisfacer las necesidades de crecimiento de su bebé.

Su cuerpo trata de producir más insulina para manejar el azúcar adicional, pero todavía no es suficiente. Así que el azúcar se queda en su sangre en vez de moverse a sus células. Por eso su nivel de azúcar en la sangre sube demasiado.

¿Cuáles son los riesgos de la diabetes gestacional?

Si los niveles de azúcar en la sangre no se controlan durante el embarazo, esto puede causar problemas tanto para usted como para su bebé. Su bebé recibe nutrientes, incluyendo azúcar, de su sangre. Si sus niveles de azúcar en la sangre están altos, su bebé recibirá demasiado azúcar. Mucha azúcar no es buena para su bebé. El o ella almacenará el azúcar adicional en forma de grasa. El bebé puede aumentar mucho de peso y ser demasiado grande.

Si usted tiene diabetes gestacional, su bebé tiene un riesgo mayor de:

- Lesiones durante el parto
- Niveles bajos de azúcar después de nacer
- Problemas respiratorios
- Ictericia
- Problemas de desarrollo
- Diabetes tipo 2 más adelante en su vida

La diabetes gestacional puede aumentar para usted el riesgo de:

- Diabetes tipo 2
- Presión sanguínea alta durante el embarazo
- Cesárea
- Diabetes gestacional si tiene otro embarazo

¡Pero estos problemas no tienen que ocurrir! Controlar sus niveles de azúcar en la sangre puede ayudar a reducir el riesgo.

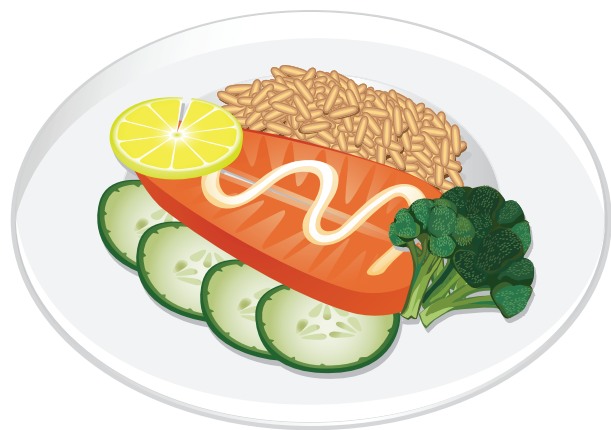


Diabetes gestacional

Cómo controlar la diabetes gestacional

Su meta al controlar la diabetes gestacional es mantener sus niveles de azúcar en la sangre tan cerca de lo normal como sea posible. Su médico le ayudará a preparar un plan de cuidado para cumplir con esa meta. Para ayudar a controlar su azúcar en la sangre, usted necesita:

- Ingerir sus comidas y meriendas de acuerdo con su plan de comida
- Hacer actividad física con regularidad
- Tomar sus medicamentos como se los recetó su médico
- Revisar con frecuencia su azúcar en la sangre, de acuerdo con su plan de cuidado



Qué esperar después del nacimiento

Su médico revisará su azúcar en la sangre de 6 a 12 semanas después del nacimiento del bebé para asegurarse de que esté normal. Debido a la diabetes gestacional, usted tiene un riesgo mayor de desarrollar diabetes más tarde en su vida. Así que su médico puede recomendarle que continúe revisando su azúcar en la sangre. Usted puede reducir su riesgo de desarrollar diabetes gestacional o diabetes tipo 2 si:

- Continúa comiendo una dieta saludable
- Hace actividad física con regularidad
- Controla su peso

Pregunte a su médico qué puede hacer para mantenerse saludable, ¡por usted y por su bebé!

Para más información, visite
Cornerstones4Care.com

Novo Nordisk Inc. autoriza la reproducción de este material sólo para fines educativos sin lucro con la condición de que se conserve este material en su formato original y se muestre el aviso sobre derechos reservados. Novo Nordisk Inc. se reserva el derecho de revocar este permiso en cualquier momento.

Cornerstones4Care® es una marca registrada de Novo Nordisk A/S.

© 2014 Novo Nordisk Impreso en EE. UU. 0214-00020010-1 Marzo de 2014 Cornerstones4Care.com

