

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 en las mujeres que nunca antes han tenido niveles altos de azúcar en la sangre. El nivel de azúcar en la sangre generalmente regresa a la normalidad después de que nace 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 los niveles de azúcar en la sangre suban. 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 natural reduce los niveles de azúcar en la sangre al ayudar a que el azúcar se mueva de la sangre a las células.

Si usted tiene diabetes gestacional, las hormonas del embarazo que ayudan a que el bebé se desarrolle pueden producir una resistencia a la insulina en su cuerpo. 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 los niveles de azúcar en la sangre suben 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 (Esto no es común y generalmente está relacionado con el nacimiento prematuro)
- La posibilidad de tener 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

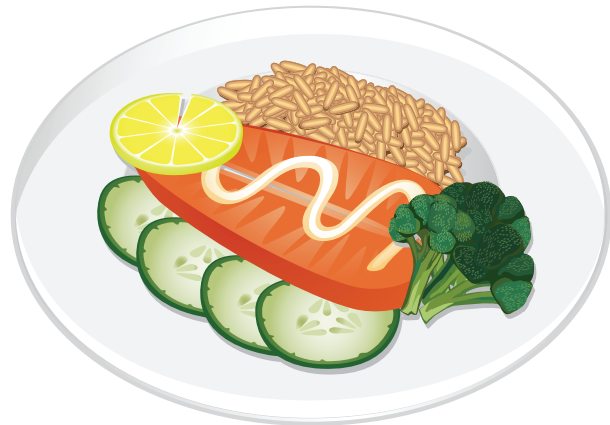
¡Pero estos problemas no tienen que ocurrir! Revisar sus niveles de azúcar en la sangre puede ayudar a reducir el riesgo.

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 equipo para el cuidado de la diabetes lo ayudará a elaborar un plan de cuidado para cumplir con esa meta. Para ayudar a controlar su nivel de azúcar en la sangre, es posible que necesite:

- Ingerir sus comidas y meriendas de acuerdo con su plan de comida
- Hacer actividad física con regularidad
- Tomar sus medicinas como se las 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. permite la reproducción de este contenido para propósitos educativos sin fines de lucro, siempre y cuando se mantenga el folleto en su formato original y se incluya el aviso de derechos de autor. Novo Nordisk Inc. se reserva el derecho de revocar este permiso en cualquier momento.

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

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

© 2016 Novo Nordisk Impreso en EE. UU. USA16PCT00815 Marzo de 2016 Cornerstones4Care.com

