

Diabetes gestacional

Por diabetes gestacional se entiende un nivel de glucosa (azúcar) elevado en la sangre que se detecta por vez primera durante el embarazo. Un nivel de glucosa muy elevado puede lastimarle a usted y a su bebé en desarrollo. Probablemente usted no note síntomas de diabetes gestacional. Si los análisis demuestran que usted tiene diabetes gestacional, su proveedor de atención médica puede ayudarle a controlar el nivel de glucosa en su sangre y conservarles sanos y seguros a usted y a su bebé.

En algunas mujeres, el riesgo de desarrollar diabetes gestacional es mayor. ¿Presenta usted alguno de los factores de riesgo siguientes?

- Usted es de raza afro-americana, indígena de Norteamérica o de Alaska, asiático americana, hispana o de las Islas del Pacífico.
- Tiene sobrepeso.
- Tiene más de 25 años de edad.
- Uno de sus padres, su hermana o hermano padecen de diabetes.
- Usted tiene prediabetes.
- Padeció de diabetes gestacional en un embarazo anterior.
- Tuvo un bebé que nació con 9 libras (4 Kg) o más de peso.

Infórmele a su proveedor de atención médica si usted presenta algunos de estos riesgos.

Algunos de estos riesgos están fuera de su control. Usted puede optar por comer alimentos sanos, hacer ejercicio y evitar aumentar demasiado de peso durante su embarazo. No se ponga a dieta durante el embarazo. Si usted está planificando salir embarazada, procure empezar su embarazo con un peso saludable.



Para obtener más información

American Diabetes Association
(Asociación Estadounidense de Diabetes)

www.diabetes.org/diabetes-basics/gestational/what-is-gestational-diabetes.html

Mayo Clinic

www.mayoclinic.com/health/gestational-diabetes/DS00316

Institutos Nacionales de la Salud

http://diabetes.niddk.nih.gov/spanish/pubs/gestational_ez/index.aspx