

[Inicio](#) > Diabetes Gestacional

Compartir Artículo

X



Diabetes Gestacional

¿Qué es la diabetes gestacional?

Es la diabetes que se diagnostica por primera vez durante el embarazo. Al igual que con otros tipos de diabetes, la diabetes gestacional afecta la forma en que las células utilizan el azúcar (glucosa). La diabetes gestacional causa un alto nivel de glucosa sanguínea que puede afectar tu embarazo y la salud de tu bebé.

<https://www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional> [1]

_ [2] _ [3] _ [4]



Diabetes Gestacional

(0 opiniones)

¿Qué es la diabetes gestacional?

Es la diabetes que se diagnostica por primera vez durante el embarazo. Al igual que con otros tipos de diabetes, la diabetes gestacional afecta la forma en que las células utilizan el azúcar (glucosa). La diabetes gestacional causa un alto nivel de glucosa sanguínea que puede afectar tu embarazo y la salud de tu bebé.

Domingo, Agosto 2, 2020 - 07:02

- ^[5]
- [Imprimir](#) ^[1]
- [Compartir](#)

En las mujeres con diabetes gestacional, la glucosa sanguínea suele volver a la normalidad poco después del parto. Sin embargo, si has tenido diabetes gestacional, tienes un mayor riesgo de contraer diabetes tipo 2. Necesitarás que te hagan pruebas más a menudo para detectar cambios en la glucosa sanguínea.

¿Por qué razón se podría desarrollar una diabetes gestacional?

Los investigadores aún no saben exactamente por qué algunas mujeres desarrollan diabetes gestacional y otras no. El exceso de peso antes del embarazo a menudo juega un papel importante. Durante el embarazo, los niveles hormonales cambian, lo que dificulta que el cuerpo procese la glucosa sanguínea de manera eficiente. Esto hace que aumente tu nivel de glucosa sanguínea.

Algunas mujeres tienen un mayor riesgo de diabetes gestacional. Los factores de riesgo de la diabetes gestacional que se reconocen hasta el momento son: Sobrepeso, obesidad y además:

- Falta de actividad física.
- Diabetes gestacional previa o prediabetes.
- Síndrome de ovario poliquístico.
- Diabetes en un familiar inmediato.
- Parto previo de un bebé con un peso de más de 4,1 kilos.

¿Cuáles son los síntomas?

En la mayoría de las mujeres, la diabetes gestacional no produce signos ni síntomas perceptibles. A veces puedes notar un aumento de la sed y la necesidad de orinar con mayor frecuencia. Por eso es importante que hables con el médico que está siguiendo tu embarazo para evaluar los riesgos y de ser necesario hacer los controles de glucosa más frecuentes.

¿Por qué es importante prevenir la diabetes gestacional?

Si no se controla adecuadamente la diabetes gestacional los niveles altos de glucosa en tu sangre pueden causarte problemas a ti como presión alta y preeclampsia, incluso desarrollar diabetes tipo 2 a medida que envejeces. Y también trae problemas a tu bebé, pudiendo tener más riesgo de:

- Sobrepeso al nacer, aumentando el riesgo de partos difíciles, lesiones en el parto o necesitar nacer por cesárea
- Nacimiento prematuro
- Dificultad respiratoria del recién nacido
- Hipoglicemia, son niveles bajos de glucosa en la sangre del bebé que aumenta el riesgo de tener convulsiones y necesitar infusiones por suero
- Obesidad y diabetes tipo 2 a futuro, cuando sean mayores
- Muerte fetal intraútero

¿Qué puedo hacer para prevenir la diabetes gestacional?

No hay nada que garantice que no desarrolles diabetes gestacional, pero se recomienda que adoptes hábitos saludables incluso antes del embarazo:

- Incluir todos los grupos de alimentos (proteínas, lácteos, grasas saludables, carbohidratos de preferencia integrales, frutas y verduras) en las porciones adecuadas.
- Mantenerse activa: hacer ejercicio y actividad moderada, 30 minutos diarios, mínimo 3 veces por semana, como caminar, yoga, ciclear o nadar ayudaran a evitar que desarrolles diabetes gestacional
- Comenzar el embarazo con un peso saludable, si estas planeando concebir, perder peso extra con anticipación puede ayudarte a tener un embarazo más saludable. Recuerda siempre consultar con tu médico.
- No aumentar más del peso recomendado, durante el embarazo es normal ganar algo de peso. Sin embargo, ganar mucho peso rápidamente, aumenta el riesgo de diabetes gestacional.

[Leer más](#) ^[6]

URL de origen: <https://www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional>

Enlaces

[1] <https://www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional>

[2] https://pinterest.com/pin/create/button/?url=https://www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional&media=https://www.babyandme.nestle.ec/sites/default/files/styles/thumbnail/public/field/image/push2_right_p6_Gestacional

[3] <https://twitter.com/share?text=Diabetes%20Gestacional&url=https%3A//www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional>

[4] <https://www.facebook.com/sharer/sharer.php?u=https://www.babyandme.nestle.ec/diabetes-gestacional>

[5] <https://www.babyandme.nestle.ec/printpdf/42474>

[6] <https://www.babyandme.nestle.ec/javascript%3A%3B>