

## Diabetes Gestacional (Gravídica)

### ¿Qué me está ocurriendo?

La diabetes que comienza durante el embarazo se llama diabetes gestacional. Es uno de los problemas más comunes del embarazo. Ocurre cuando su cuerpo no puede producir insulina suficiente para satisfacer la cantidad que usted necesita durante el embarazo o, su cuerpo no puede usar la insulina que usted produce.

La insulina es una hormona que permite que el azúcar ingrese a las células en donde se transforma en energía. Cuando no existe suficiente insulina o la insulina que produce su cuerpo no funciona, el azúcar no entra en las células. Ello causa altos niveles de azúcar en su sangre. Cuando no se trata la diabetes, los altos niveles de azúcar pueden acumularse en la sangre y dañar órganos, vasos sanguíneos, ojos y riñones. A continuación aparecen ciertos factores sobre la diabetes gravídica:

- Ocurre en aproximadamente 4%<sup>1</sup> de todas las mujeres embarazadas
- Comúnmente se observa primero durante el segundo o tercer trimestre
- La posibilidad de tener un embarazo exitoso es casi la misma que en una mujer no diabética cuando el azúcar de la sangre se mantienen en su nivel normal

### Atención Obstétrica en Casa

Si usted tiene diabetes gestacional, su médico puede recetarle el Programa de Diabetes Alere®. Enfermeras y dietistas especialmente capacitados para atender a madres en gestación con diabetes le ayudarán a manejar su diabetes. Ellos trabajan estrechamente con usted y su(s) médico(s) con el fin de interpretar los resultados de sus pruebas de azúcar sanguíneo, pruebas de orina para cetonas, así como ayudarle con las opciones de alimentos, dieta y aumento de peso. El personal especializado de Alere está disponible para brindarle apoyo las 24 horas del día, siete días a la semana.

**Para más información,  
contacta a su médico o la  
llamada Alere en 800-950-3963**

## Comprensión de la Diabetes Gestacional (Gravídica)



*Lo que usted  
necesita saber*

**Alere®**  
Women's & Children's Health

**Alere®**  
Women's & Children's Health

© 2008 Inverness Medical. All rights reserved. Alere is a trademark of the Inverness Medical group of companies.  
GCA 03182 10/08

## ¿Cómo afecta la Diabetes a mi bebé?

- Cuando el azúcar en la sangre sube, durante la última mitad del embarazo, la glucosa extra (azúcar) ingresa a su bebé.
- El bebé responde produciendo su propia insulina adicional de modo que pueda usar esta glucosa adicional y almacenarla como grasa en su cuerpo.
- Ello provoca que el bebé sea más grande y gordo que lo normalmente esperado.
- El parto de un bebé muy grande puede ser difícil tanto para usted como para su bebé.
- El bebé puede seguir produciendo insulina adicional después del nacimiento, lo cual ocasiona que sus niveles de azúcar sanguíneo disminuyan por debajo de lo normal. Esta condición se denomina como hipoglicemia.
- Un bebé con hipoglicemia debe recibir agua con azúcar con un biberón o por vía intravenosa (IV) por las primeras horas después de nacer para tratar esta condición.



**Un dietista colegiado puede ajustar y enseñarle a ajustar su plan de comidas para satisfacer sus necesidades de cambio durante todo su embarazo.**

## ¿Cómo se trata la Diabetes Gravídica?

- Es esencial tener un plan dietético especial para mantener su azúcar sanguíneo en un nivel normal.
- El ejercicio aprobado por su médico puede ayudarle a permitir que su cuerpo use mejor la insulina.

- Algunas mujeres necesitan inyecciones de insulina.
- Revise su nivel de azúcar sanguíneo varias veces al día con una pequeña gota de sangre de su dedo y un medidor especial.
- Revise su orina en busca de cetonas, un ácido formado cuando se controla poco la diabetes y el cuerpo usa grasa en vez de azúcar para obtener energía.

## ¿Dónde comienzo?

La meta para manejar la diabetes gravídica es mantener sus niveles de azúcar sanguíneo lo más normal posible. A menudo su médico usará un "equipo" de atención médica para mejorar las oportunidades de tener un bebé saludable. Su equipo podría incluir:

- **Diabetólogo** | Médico especialista en la atención de la diabetes y que conoce el manejo de la diabetes en el embarazo,
- **Obstetra** | Médico especializado en la atención de las mujeres embarazadas,
- **Enfermera colegiada / Educador sobre Diabetes** | Pueden enseñarle el manejo de su diabetes,
- **Dietista Colegiado / Educador sobre Diabetes** | Puede ajustar, enseñarle a ajustar, su plan dietético para satisfacer sus necesidades durante todo el embarazo,
- **Pediatra o Neonetólogo/Médico especialista** | en el tratamiento de problemas especiales de niños nacidos de mujeres con diabetes.

**Los resultados hablan por sí mismos: un niño saludable.**



## Recuerde . . .

Atender a la diabetes durante el embarazo puede parecer atemorizante al principio. Puede sentir temor sobre su propio bienestar así como el del bebé. Sus emociones pueden parecer fuera de control. Esto es normal. Su embarazo depende mucho del modo en que usted controle su diabetes y con el tiempo, ¡usted puede hacerlo! Sentirse informado le ayudará a reducir parte de las tensiones que experimentará durante el embarazo. Su médico estará presto a ayudarle con el fin de mantener su diabetes controlada durante esta época especial. Sea una parte activa de su propio cuidado. Los resultados hablan por sí mismos: un niño saludable. Una vez que el bebé nazca, el tiempo ocupado para mantener su diabetes controlada valdrá la pena.