



# Diabetes gestacional

## ¿QUÉ ES LA DIABETES GESTACIONAL?

La diabetes es una enfermedad en la que el nivel de glucosa (azúcar) en la sangre se eleva y excede los niveles normales. La diabetes mellitus gestacional (DMG) es una forma de diabetes que puede producirse durante el embarazo, generalmente en el segundo trimestre.

El cuerpo produce glucosa de los alimentos que usted consume. El páncreas —órgano situado detrás del estómago— produce insulina. La insulina es una hormona que transporta la glucosa desde el flujo sanguíneo hasta las células, donde se utiliza para producir energía. Durante el embarazo, la placenta produce hormonas que contribuyen al desarrollo del bebé. Estas hormonas también bloquean los efectos de la insulina en el cuerpo de la madre, lo cual aumenta el nivel de glucosa en la sangre.

## ¿SABÍA USTED?

**La mayoría de mujeres con diabetes gestacional no presenta síntomas.**

## ¿QUIÉN CORRE EL RIESGO DE PADECERLA?

La diabetes gestacional afecta entre 4 y 8 de cada 100 mujeres embarazadas en Estados Unidos. Toda mujer embarazada puede padecer este trastorno, pero en algunas mujeres el riesgo es mayor. Los factores de riesgo incluyen

- La edad (tener más de 25 años; el riesgo es aun mayor después de los 35 años)
- La raza (ocurre con más frecuencia en afro-americanas y mujeres de origen hispano, indígena o asiático)

- El sobrepeso y la obesidad
- Una historia personal de diabetes gestacional o prediabetes
- Haber dado a luz un bebé de más de 4 kilos (9 libras)
- Antecedentes familiares de diabetes de tipo 2 (en padres y hermanos)

Entre las mujeres con estos factores de riesgo, hasta 14 de cada 100 tiene diabetes gestacional.

## ¿CÓMO PUEDE SABER SI TIENE DIABETES GESTACIONAL?

Las mujeres con diabetes gestacional, en su mayoría, no presentan señales de advertencia ni síntomas. Debido a la falta de síntomas, todas las mujeres embarazadas deben hacerse la prueba para este trastorno entre las semanas 24° y 28° del embarazo. Los expertos recomiendan la prueba en la primera visita del embarazo para las mujeres afro-americanas y mujeres de origen hispano, indígena o asiático con un cuadro de obesidad, o tengan antecedentes de diabetes tipo 2 en la historia médica familiar. La prueba se llama prueba oral de tolerancia a la glucosa y se usa para medir el nivel de glucosa en la sangre antes y después de tomar una bebida azucarada.

## ¿PUEDE SER PELIGROSA LA DIABETES GESTACIONAL?

Un alto nivel de glucosa en las pacientes con diabetes gestacional puede afectar a la madre y al bebé. Para la madre, aumenta el riesgo de parto prematuro y preeclampsia o alta presión sanguínea inducida por el embarazo.

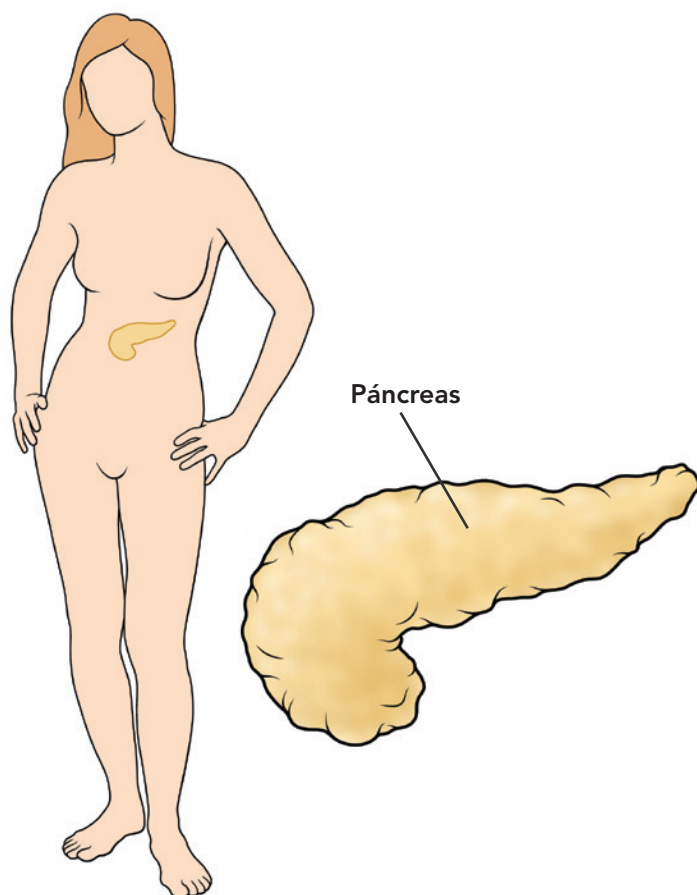
Un alto nivel de glucosa en la madre puede hacer que el bebé crezca demasiado. Si el bebé es muy grande puede atascarse en la vagina (canal del parto) y sufrir lesiones durante el nacimiento. Si el bebé es muy grande, también aumenta la probabilidad de necesitar un parto por cesárea.

## POSIBLES SÍNTOMAS DE LA DIABETES GESTACIONAL

- Aumento de sed y mayor frecuencia en el deseo de orinar
- Fatiga (sentir cansancio constante)
- Visión nublada
- Infecciones de la vejiga, vagina o piel

Un alto nivel de glucosa en la madre puede causar un parto de mortinato (feto muerto). La diabetes gestacional no controlada también aumenta el riesgo de ictericia y problemas respiratorios en el recién nacido.

Después del nacimiento, el bebé puede desarrollar hipoglucemia (bajo nivel de glucosa en la sangre), un trastorno potencialmente peligroso. Mientras está en el útero, el páncreas del bebé produce gran cantidad de insulina en reacción al alto nivel de glucosa en la sangre de la madre, y continúa produciéndola después de nacer. Sin la glucosa suministrada por la madre, el exceso de insulina puede hacer que el nivel de glucosa del bebé baje demasiado.



## ¿CÓMO SE TRATA LA DIABETES GESTACIONAL?

Una dieta saludable y bien equilibrada, y ejercicio frecuente son medidas importantes para prevenir y tratar la diabetes gestacional. El personal médico que la atiende vigilará su nivel de glucosa en la sangre y posiblemente le recomiende consultar con un experto, como un endocrinólogo o un instructor sobre diabetes, para que la ayude a mantener la glucosa bajo control. Si la dieta y el ejercicio no son suficientes, posiblemente necesite que le receten insulina o medicamentos orales.

Ya que las mujeres con diabetes gestacional corren el riesgo de tener diabetes de tipo 2, debe hacerse un análisis de glucosa en la sangre seis semanas después del nacimiento de su bebé y luego hacerse exámenes médicos con regularidad. Lactar también puede reducir la probabilidad de que su hijo tenga sobrepeso y diabetes de tipo 2.

## Preguntas que debe hacerle a su médico

- ¿Qué puedo hacer para prevenir la diabetes gestacional?
- Tengo diabetes gestacional. ¿Con qué frecuencia debo medirme la glucosa en la sangre?
- ¿Con qué frecuencia debo medirme la glucosa después de que nazca mi bebé?
- ¿La diabetes gestacional puede ocasionar otros problemas de salud?
- ¿Debo consultar con un endocrinólogo?

## RECURSOS

- Encuentre un endocrinólogo: [www.hormone.org](http://www.hormone.org) o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663)
- Información sobre la diabetes de la Red de Salud Hormonal (Hormone Health Network): [www.hormone.org/Resources/diabetes.cfm](http://www.hormone.org/Resources/diabetes.cfm)
- Asociación de Instructores Especializados en Diabetes de Estados Unidos: [www.aadenet.org](http://www.aadenet.org)
- Mayo Clinic: [www.mayoclinic.com/health/gestational-diabetes/DS00316](http://www.mayoclinic.com/health/gestational-diabetes/DS00316)
- MedlinePlus (National Institutes of Health): [www.nlm.nih.gov/medlineplus](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus). (busque gestational diabetes)
- Centro Nacional de Información sobre la Diabetes (NIH): <http://diabetes.niddk.nih.gov/about/index.htm>

### EDITORES

Jorge Mestman, MD  
Guillermo Umpiérrez, MD

La Red de Salud Hormonal (*Hormone Health Network*) ofrece recursos gratuitos por Internet que se basan en los más avanzados conocimientos científicos y clínicos de la Sociedad de Endocrinología (*The Endocrine Society* en [www.endo-society.org](http://www.endo-society.org)). El objetivo de la Red es que los pacientes no solo tengan información, sino que sean activos participantes en la atención de salud que reciben.

