

DIABETES Y EMBARAZO

Cuando hablamos de diabetes y embarazo hay que diferenciar:

Diabetes pregestacional (DPG)

Mujeres que tienen diabetes tipo 1 o tipo 2 antes del embarazo.

DIAGNÓSTICO

Signos y síntomas de diabetes como, mucha sed, orinar con frecuencia, baja de peso y una glicemia en cualquier momento del día igual o mayor a 200 mg/dl.

Glicemia en ayunas mayor o igual a 126 mg/dl en dos oportunidades.

Glicemia igual o mayor a 200 mg/dl a las 2 horas después de la Prueba de Intolerancia a la Glucosa.

Actualmente hay numerosas mujeres que cuando se embarazan ya tienen diabetes tipo 2. Y, esto sucede por el gran aumento de la prevalencia de diabetes y la postergación de la maternidad a una edad mayor de 35 años.

Si usted tiene diabetes y desea tener hijos es importante que se informe y lleve un adecuado control para evitar complicaciones.



Diabetes gestacional (DG)

Intolerancia a la glucosa que se detecta por primera vez durante el embarazo.

Tener una glicemia entre 100 y 125 mg/dl en dos días diferentes y/o glicemia 2 horas post carga mayor o igual a 140 mg/dl en el segundo o tercer trimestre del embarazo.



COMPLICACIONES DIABETES TIPO 2 EN EL EMBARAZO

Un mal control de la diabetes tipo 2, presenta riesgos tanto para la madre como al feto.

En el embarazo:

Los cambios fisiológicos que ocurren durante la gestación pueden afectar de forma negativa la salud de la embarazada.

Aumenta riesgo de las complicaciones:

- Retinopatía (se agrava, pudiendo llevar a la ceguera)
- Hipertensión
- Enfermedades cardiovasculares.

También puede causar:

- Abortos
- Preeclampsia (Presión arterial alta)
- Eclampsia (convulsiones o coma)
- Polihidroamnios (Gran acumulación de líquido amniótico)
- Parto prematuro



COMPLICACIONES EN EL RECIEN NACIDO



Los cambios fisiológicos que ocurren durante la gestación pueden afectar de forma negativa la salud de la embarazada.

- La hiperglicemia o azúcar alta en sangre al momento de la concepción aumenta el riesgo de malformaciones fetales como las cardíacas, neurologías, urogenitales, músculo esquelético, digestivas, entre otras.
- Recién nacido demasiado grande o macrosomía (Peso mayor a 4 kg)
- Hipoglicemia neonatal (Baja de azúcar)
- Trastornos respiratorios

SI YA ESTÁ EMBARAZADA, ¡CUIDESE!

Siga las indicaciones de su médico y profesionales de salud.

Lleve un adecuado control de salud: Oftalmológico, Nefrológico y Metabólico.



Consulte con profesionales sus dudas.

Es probable es que le indiquen más insulina, que le ayudará a mantener los niveles glicemias dentro de rangos normales.

Si padece hipoglicemias (bajas de azúcar) debe controlarlas rápidamente y contactarse con el equipo de salud.

MEDIDAS A TOMAR ANTES Y DESPUÉS DEL EMBARAZO



• Utilizar métodos anti-conceptivos y programar su embarazo.

• Pesquisar complicaciones de forma precoz.

• Realizar examen oftalmológico previo a la concepción

• Llevar un control metabólico adecuado logrando una hemoglobina glicosilada menor a 7%

• Evitar consumo de alcohol, tabaco y drogas.



• Adecuada alimentación y actividad física



• Consultar de forma precoz con su médico y realizar automonitoreo según indicaciones.



Metas de glicemia para embarazadas con diabetes

Horario

- ✓ Antes de desayuno
- ✓ Antes de otras comidas
- ✓ 1 hora después de comer
- ✓ 2 horas después de comer
- ✓ Hemoglobina glicosilada

Glicemia

- 60-90 mg/dl
- 60-105 mg/dl
- Menor a 140 mg/dl
- Menor a 120
- Menor a 6%

