



Diabetes y Embarazo

La diabetes, cuyo nombre científico es diabetes mellitus, es una enfermedad que causa que se eleven los niveles de glucosa (azúcar) en la sangre. La glucosa es la fuente principal de energía del organismo. Cuando los niveles de glucosa son demasiado elevados pueden presentarse problemas de salud. Durante el embarazo, el exceso de glucosa no es bueno para el bebé.

La diabetes se produce debido a un problema con la insulina. La insulina transporta la glucosa fuera de la sangre y dentro de las células del cuerpo donde se convierte en energía. Cuando el cuerpo no produce suficiente insulina o no reacciona a ella, la glucosa no puede entrar en las células y en lugar de ello permanece en la sangre.

Tipos de diabetes

- Diabetes de tipo 1, el organismo produce muy poca o ninguna insulina por su cuenta. Este tipo de diabetes tiende a ocurrir a una edad temprana en la vida. Este tipo se trata con insulina. Llevar una dieta sana y hacer ejercicios con regularidad puede también ayudar a mantener bajo control los niveles de glucosa.
- Diabetes de tipo 2 el cuerpo produce insulina, pero no reacciona a ella. Entonces se produce más insulina para mantener normales los niveles de glucosa. Este tipo de diabetes tiende a ocurrir posteriormente en la vida. Los factores de riesgo más importantes para la diabetes de tipo 2 son la *obesidad* y los antecedentes familiares. Este tipo a menudo se trata mediante un programa para bajar de peso, además de dieta y ejercicios para mantener el peso corporal ideal. A veces, es necesario usar medicamentos orales o insulina.
- Diabetes gestacional, se desarrolla debido a que existe la producción de una hormona que actúa en contra del efecto de la insulina. Por esta razón, se pueden incrementar las concentraciones de glucosa en sangre.

Diabetes y embarazo

El embarazo cambia la manera en que actúa la insulina. Algunas mujeres presentan diabetes gestacional debido a este cambio y se detecta realizando un test llamado "curva de glicemia" que se indica entre las semanas 20 a la 24. En las mujeres con diabetes gestacional, los niveles elevados de glucosa en la sangre pueden aumentar el riesgo de tener un bebé muy grande y un posible parto por cesárea. Con frecuencia el nivel de azúcar retornará a sus niveles normales luego del parto.

Si ya padeces diabetes, el embarazo puede favorecer complicaciones. El riesgo de que le ocurra algún problema al bebé puede disminuir si mantienes los niveles de glucosa en la sangre dentro de los límites

EMBARAZO DE ALTO RIESGO



normales antes del embarazo y mientras estás embarazada.

Las mujeres con diabetes tienen casi las mismas probabilidades que las mujeres sin diabetes, de tener un bebé sano si controlan y reciben la atención médica adecuada. Si la diabetes no está bien controlada, la probabilidad de que tanto tú como tu bebé se enfrenten a complicaciones es bastante alta.

El tratamiento para controlar la diabetes

Es necesario dar tratamiento a ambos tipos de diabetes (gestacional o previa -tipo 1 o 2-) durante el embarazo:

- examinarse diariamente los niveles de glucosa
- consumir alimentos sanos
- hacer ejercicios con regularidad
- usar medicamentos, si fuera necesario

El control prenatal es muy importante, deberás acudir a los controles más a menudo ya que se trata de un embarazo de alto riesgo.

El parto

La mayoría de las mujeres con diabetes pueden tener un parto vaginal aunque tienen una mayor tendencia a tener partos por cesárea que las mujeres sin diabetes.

El trabajo de parto se podría inducir (provocar mediante medicamentos u otros métodos) antes de la fecha prevista si surgen problemas con el embarazo.

Después de dar a luz, la mayoría de los bebés de mujeres en las que se ha regulado adecuadamente la glucosa no presentan problemas. Algunos necesitan permanecer un tiempo en la sala especial de recién nacido.

Si tus niveles de glucosa están bien regulados durante el embarazo, es menos probable que tu bebé presente problemas después de nacer. Y podrás disfrutar de la maternidad sin contratiempos.