

embarazo

DICCIONARIO



Diabetes Diabetes gestacional Dieta

Diabetes

Es una enfermedad causada por la falta de la insulina, que produce el páncreas. La consecuencia es que el organismo apenas absorbe la glucosa y esta se acumula en la sangre.

Hay dos tipos: I (que empieza de joven) y II (más común en la madurez). Afortunadamente, el tratamiento ha mejorado y hoy muchas diabéticas pueden tener hijos.

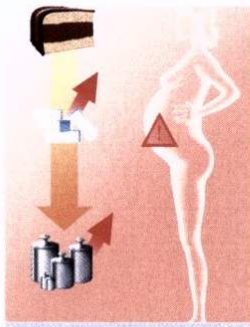


Antes de embarazo

Cuando una mujer diabética decide ser madre debe visitar al ginecólogo. Antes de buscar el embarazo es importantísimo controlar de forma precisa los niveles de azúcar, para evitar malformaciones y el riesgo de aborto al principio. Después, deberá seguir un control estricto durante toda la gestación, con visitas cada 15 días.

En el embarazo

Durante el embarazo la diabetes se trata con insulina en dosis repetidas a lo largo del día. Es esencial repartir las comidas en cinco o seis tomas y hacer ejercicio suave, siempre bajo control del ginecólogo y diabetólogo.



Diabetes gestacional

La diabetes también puede aparecer durante el embarazo. En ese caso se denomina diabetes gestacional. Las mujeres más propensas a sufrirla son las embarazadas mayores de 30 años, con sobrepeso, con familiares diabéticos, o aquellas que ya han padecido diabetes en gestaciones anteriores o han dado a luz un bebé sin vida o demasiado grande.

Cómo se diagnostica

Si hay factores de riesgo, se hace una prueba en el primer trimestre para medir los niveles de glucosa en sangre.

Si no hay factores de riesgo, se hace un control de glucemia (test de O'Sullivan) en las semanas 24ª- 28ª. Si los niveles de azúcar son altos, se realiza otra prueba llamada curva de glucosa.

Riesgos

Si la embarazada no está bien controlada, los riesgos que corren tanto ella como su bebé son importantes:

- La futura madre puede padecer lesiones vasculares y tensión arterial elevada.
- El bebé puede ser demasiado grande, ya que le llega una parte del excedente de azúcar de la sangre de la madre. Esto puede dañar algunos de sus órganos y ocasionarle problemas respiratorios, niveles bajos de azúcar e ictericia.
- Los riesgos son más bajos cuando la mujer sufre una diabetes solo gestacional.

Tratamiento

El ginecólogo realiza un control exhaustivo del embarazo y comprueba que el feto crece con normalidad. Para mantener los niveles de azúcar, se sigue una dieta estricta y se aconseja practicar ejercicio físico moderado. Algunas mujeres precisan inyecciones diarias de insulina. Los niveles de azúcar suelen normalizarse tras el parto.