

25 de marzo de 2014

**Publicado en 'Diabetes Care'**

## **Un exceso de peso un año después del parto aumenta el riesgo de desarrollar diabetes**

**Un estudio ha revelado que las mujeres que no pierden el peso que ganaron durante el embarazo tienen más riesgo de desarrollar diabetes y problemas cardíacos.**

Redacción. Madrid | 25/03/2014 17:38

Una reciente investigación del Hospital Mount Sinai de Toronto (Canadá), publicada en Diabetes Care, ha descubierto que aumentar de peso, o no perder el adquirido, doce meses después del parto es un factor de riesgo para padecer diabetes y enfermedades cardiovasculares.

El estudio, liderado por Ravi Retnakaran, investigador clínico de este centro, ha seguido a 305 pacientes del Hospital Mount Sinai desde el embarazo hasta el año después del parto. La investigación reveló que tres cuartas partes de las mujeres (alrededor de 225 mujeres) perdieron, al menos, el peso que habían ganado durante la gestación del bebé y sus niveles de colesterol y presión arterial se mantuvieron en cifras. Sin embargo, un cuarto de las mujeres estudiadas ganaron peso en ese año y mostraron un claro aumento de los factores de riesgo de diabetes y enfermedades cardiovasculares.

"Nuestro descubrimiento nos permite aconsejar a las mujeres sobre la importancia de perder el peso ganado durante el embarazo", explica Retnakaran. "De esta forma, el fracaso para bajar de peso entre los tres y los doce meses después del parto hará que la presión arterial, el colesterol y la acción de la insulina en el organismo se muevan en una dirección poco saludable", asegura el investigador.

Estos resultados justifican más investigaciones, ya que los médicos quieren saber cuáles son las intervenciones que podrían ayudar a las mujeres a mantener los patrones de peso saludables durante este crítico primer año después del parto.