



# Diabetes gestacional

## ¿Qué es la diabetes gestacional?

La *diabetes mellitus* es una enfermedad en la que el nivel de *glucosa* (azúcar) en la sangre se eleva y excede los valores normales. La glucosa proviene de los alimentos que usted consume. El *páncreas*—órgano situado detrás del estómago— produce la *insulina*. La insulina es una hormona que transporta la glucosa desde el flujo sanguíneo hasta las células, donde se utiliza para producir energía. La diabetes ocurre cuando la glucosa no entra en las células y se acumula en la sangre.

La *diabetes mellitus gestacional* (DMG) es una forma de diabetes que puede producirse durante el embarazo, generalmente en el segundo trimestre. 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.

## ¿Quién corre el riesgo de padecerla?

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

- La edad (tener más de 25 años; el riesgo es aún mayor después de los 35 años)
- La raza (ocurre con más frecuencia en afro-americanas, hispanas, indo-americanas y asiático-americanas)
- El sobrepeso y la obesidad
- Un historial médico personal de diabetes gestacional, prediabetes o 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 desarrollan la DMG.

## ¿Cómo puede saber si tiene diabetes gestacional?

Las mujeres con DMG, 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 la DMG entre las semanas 24 y 28 del embarazo. Se recomienda la prueba en la primera visita del embarazo para las mujeres afro-americanas, hispanas, indo-americanas y asiático-americanas que padezcan de obesidad, tengan antecedentes de DMG o haya diabetes 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 DMG 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. Los bebés que son muy grandes pueden atascarse en la vagina (canal del parto) y sufrir lesiones durante el nacimiento. Si el bebé es demasiado grande, también existe un mayor riesgo de que sea necesario un *parto por cesárea*.

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.

### Posibles síntomas de la diabetes gestacional

- Aumento de sed y orina
- Fatiga (sentir cansancio constante)
- Visión nublada
- Infecciones de la vejiga, vagina o piel

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 DMG. El personal médico que la atienda vigilará su nivel de glucosa en la sangre y posiblemente le recomiende un experto, tal 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 contra la diabetes.

## ¿Qué debe hacer con esta información?

Si usted está embarazada o está pensando quedar embarazada, pregúntele a su médico lo que puede hacer para prevenir la DMG. Si tiene diabetes gestacional, debe mantenerse al tanto del nivel de glucosa para asegurarse de que esté bajo control. La DMG generalmente desaparece después del embarazo pero más de la mitad de las mujeres que han tenido DMG desarrollan diabetes de tipo 2 dentro de 5 años del parto o posteriormente. Las mujeres con antecedentes de diabetes gestacional también son más propensas a tener un ataque al corazón o derrame cerebral. Si alguna vez ha tenido DMG, debe hablar con su médico sobre cambios en su estilo de vida para prevenir la diabetes de tipo 2 y otros problemas de salud.

## Recursos

Encuentre un endocrinólogo:  
[www.hormone.org](http://www.hormone.org) o llame al  
1-800-467-6663

La Fundación de Hormonas información sobre la diabetes: [www.hormone.org](http://www.hormone.org)

Asociación Estadounidense de Instructores Especializados en Diabetes:  
[www.aadenet.org](http://www.aadenet.org)

Centro Nacional de Información sobre la Diabetes (NIH): <http://diabetes.niddk.nih.gov/about/index.htm>

### EDITORES:

Jorge Mestman, MD  
Guillermo Umpiérrez, MD

2da edición Enero del 2009

Para más información sobre cómo encontrar un endocrinólogo, obtener publicaciones gratis de la Internet, traducir esta página de datos a otros idiomas, o para hacer una contribución a la Fundación de Hormonas, visite a [www.hormone.org](http://www.hormone.org) o llame al 1-800-HORMONE (1-800-467-6663). La Fundación de Hormonas, la filial de enseñanza pública de la Sociedad de Endocrinología ([www.endo-society.org](http://www.endo-society.org)), sirve de recurso al público para promover la prevención, tratamiento y cura de condiciones hormonales. Esta página puede ser reproducida para fines no comerciales por los profesionales e instructores médicos que deseen compartirla con sus pacientes y estudiantes.

© La Fundación de Hormonas 2007