



**AIM PLUS**  
MEDICAL SUPPLIES

500 Patriot Pkwy | Suite B | Tuscaloosa, AL 35405  
Teléfono: 866-919-1246 | Fax: 866-496-7054  
[www.aimplusmedicalsupplies.com](http://www.aimplusmedicalsupplies.com)

## Diabetes gestacional

La diabetes gestacional es una forma de diabetes que afecta sólo a las mujeres embarazadas y que suele resolverse una vez que nace el bebé. Se produce cuando el organismo de una mujer embarazada tiene dificultades para producir suficiente insulina para regular la glucosa (azúcar) en la sangre. Ocurre en aproximadamente el 4-14% de todos los embarazos y, si no se trata, puede provocar graves complicaciones de salud tanto para la madre como para el bebé.

### Causas

Una de las principales causas de la diabetes gestacional es la obesidad. Las mujeres que aumentan excesivamente de peso durante el embarazo corren un mayor riesgo de padecer diabetes gestacional. Factores como tener antecedentes familiares de diabetes, pertenecer a determinadas etnias, haber padecido diabetes gestacional antes y tener la tensión arterial alta aumentan las probabilidades de ser diagnosticada.

### Síntomas

Los síntomas habituales de la diabetes gestacional son sed excesiva, micción frecuente, fatiga, náuseas y visión borrosa. Las mujeres que experimenten estos síntomas deben ponerse en contacto con su médico inmediatamente.

### Diagnóstico

Para diagnosticar la diabetes gestacional, los profesionales sanitarios suelen realizar una prueba de tolerancia a la glucosa. Se pedirá a la embarazada que beba una solución de glucosa y se medirán sus niveles de glucosa (azúcar) en sangre. Si los niveles siguen siendo altos al cabo de una hora, se le puede diagnosticar diabetes gestacional.

### Tratamiento

El tratamiento de la diabetes gestacional suele consistir en una dieta bien planificada y ejercicio regular (aeróbico y de fuerza). Es esencial comer de forma equilibrada, con bajo contenido en azúcares, grasas y calorías vacías, y realizar comidas pequeñas y frecuentes a lo largo del día. Dormir lo suficiente y beber mucha agua también es importante para las personas con diabetes gestacional. Las mujeres con diabetes gestacional deben controlar a menudo sus niveles de glucosa (azúcar) en sangre. Si la dieta y el ejercicio son insuficientes, pueden recetarse medicamentos como la insulina. Las mujeres embarazadas que toman medicación deben ser controladas por su médico para asegurarse de que se mantienen sanas.

### Conclusión

La diabetes gestacional es una enfermedad grave; si no se trata, puede tener consecuencias potencialmente graves tanto para la madre como para el bebé. Es esencial que hables con tu médico si experimentas algún síntoma de diabetes gestacional, que sigas las instrucciones y que tomes correctamente cualquier medicamento prescrito.

Para más información sobre la diabetes, visite

<https://diabetes.org>

<https://www.cdc.gov/diabetes>

<https://www.mayoclinic.org/search/search-results?q=diabetes>

\*Este folleto es informativo y no se considera un consejo médico. Consulte a su sanitario para obtener información relacionada específicamente con su enfermedad.