

# Diabetes gestacional

## ¿QUÉ ES LA DIABETES GESTACIONAL?

La diabetes gestacional (DMG) es una diabetes que solo está presente durante el embarazo cuando no tenías diabetes antes de quedar embarazada. Después del nacimiento, la diabetes gestacional desaparece, pero puedes contraer diabetes tipo 2 inmediatamente y tienes un mayor riesgo de contraerla más adelante en la vida. La diabetes gestacional es una afección que debe tomarse en serio, pero puedes aprender a manejarla, tomando medidas para tener un embarazo saludable para ti y para tu bebé.

## ¿QUÉ CAUSA LA DIABETES GESTACIONAL?

Cuando comes o bebes bebidas, tu cuerpo descompone los alimentos en glucosa y la envía a la sangre. Luego, la insulina ayuda a trasladar la glucosa de la sangre a las células. Cuando ingresa a las células, se utiliza como combustible para producir energía de inmediato o se almacena para su uso posterior.

Durante el embarazo, la placenta produce muchas hormonas. Algunas de estas hormonas impiden que la insulina transporte la glucosa a las células. Si tienes diabetes gestacional, la insulina de tu cuerpo no puede mantener tu nivel de glucosa en sangre en un rango saludable. Esto se denomina resistencia a la insulina.

Para compensar esta “resistencia”, el organismo produce más insulina. Sin embargo, si tienes diabetes gestacional, tu cuerpo no puede producir suficiente insulina para mantener el ritmo. Sin suficiente insulina, el nivel de glucosa en sangre aumenta por encima del rango saludable. Esto se llama nivel alto de glucosa en sangre (hiperglucemia). Los niveles elevados de glucosa en sangre pueden provocar que tu bebé aumente demasiado de peso durante el embarazo.

## ¿CUÁLES SON LOS FACTORES DE RIESGO DE LA DIABETES GESTACIONAL?

Tu probabilidad de tener diabetes gestacional no es causada por algo que hayas hecho o dejado de hacer, sino que existen factores de riesgo.

### Tus posibilidades aumentan si:

- Estás viviendo con sobrepeso u obesidad.
- Tienes un padre, hermano o hermana con diabetes.
- Tu familia es de raza negra, asiática-americana, latina/hispana, nativa americana o de las islas del Pacífico.
- Tienes 25 años o más.
- Has tenido diabetes gestacional antes o has tenido un bebé que pesó más de nueve libras al nacer.
- Tus niveles de glucosa en sangre son más altos de lo normal, pero no lo suficientemente altos como para ser diagnosticados con diabetes (prediabetes).

Puedes encontrar más material informativo sobre este y otros temas en [professional.diabetes.org/PatientEd](https://professional.diabetes.org/PatientEd)

*Parte de la Iniciativa de Salud de la Mujer de la American Diabetes Association®.*