

**Ascensia  
ELITE**  
Sistema de cuidado  
de la diabetes



ADecuado PARA  
**PRUEBAS EN  
MÚLTIPLES SITIOS**

**Ascensia  
ELITE XL**  
Sistema de cuidado  
de la diabetes



**Ascensia  
BREEZE**  
Sistema de monitoreo de glucosa  
en sangre



**Ascensia  
DEX<sup>2</sup>**  
Sistema de cuidado  
de la diabetes



# DIABETES DE LA GESTACION

DATOS SOBRE LOS CUIDADOS DE SALUD  
DE ASCENSIA™



La diabetes gestacional puede ser controlada. Usted puede tener un embarazo y un bebé saludables. La clave está en el cuidado durante el embarazo. Esto le ayudará también a continuar el cuidado de su salud aún después del embarazo. No sólo se sentirá mejor durante su embarazo, sino también reducirá las probabilidades de volver a tener diabetes en el futuro. Recuerde... el poder para controlar su diabetes y la salud de su bebé está en sus manos.

Si desea mayor información acerca de las Soluciones Ascensia para el cuidado de la diabetes, o necesita ayuda con respecto al reembolso de sus materiales para pruebas, por favor llame a la línea de ayuda sin cargo de nuestro Servicio de Atención al Cliente: 1-800-348-8100

(a su disposición las 24 horas, los 7 días de la semana).

O si lo prefiere, también puede visitar nuestras páginas web:

[www.ascensia.com](http://www.ascensia.com)  
[www.bayercarediabetes.com](http://www.bayercarediabetes.com)  
[www.ascensiadreamfund.com](http://www.ascensiadreamfund.com)



El logotipo, cuya revisión fue favorable, indicó que este material ha sido revisado en cuanto a su contenido educativo y no implica el endoso de ningún producto.

© 2003 Bayer HealthCare LLC, División de Diagnósticos, Tarrytown, NY 10591  
[www.ascensia.com](http://www.ascensia.com)  
[www.bayercarediabetes.com](http://www.bayercarediabetes.com)  
[www.ascensiadreamfund.com](http://www.ascensiadreamfund.com)  
0441492 Rev. 5/03

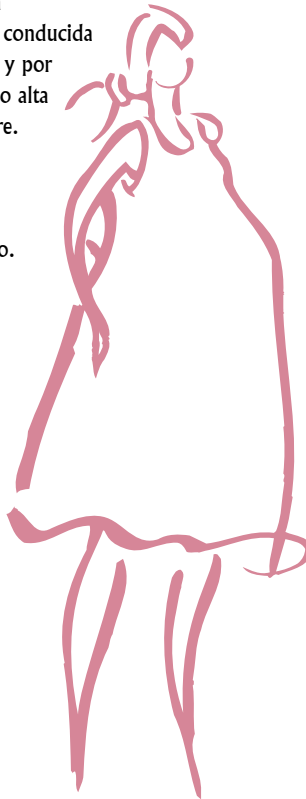
**Ascensia Care**  
Ayuda de la Diabetes de parte de Bayer



## ¿Qué es diabetes?

La diabetes afecta la forma en que su cuerpo transforma los alimentos en energía. Cuando usted come, su cuerpo cambia los alimentos en un tipo de azúcar llamado glucosa. El azúcar es el “combustible” que su cuerpo necesita para realizar todas sus actividades—ya sea respirar, leer, caminar o correr. La diabetes dificulta este proceso. Todo diabético tiene el mismo problema: demasiada azúcar en la sangre.

Su cuerpo utiliza insulina para conducir el azúcar desde el torrente sanguíneo hasta las células. La insulina es una hormona segregada por una glándula que se encuentra cerca de su estómago, llamada el páncreas. Cuando una persona tiene diabetes, su cuerpo no produce suficiente insulina o no la utiliza adecuadamente. El azúcar no es conducida adecuadamente hasta las células y por lo tanto, una cantidad demasiado alta de azúcar permanece en la sangre. A esta condición se le llama **hiperglicemia**, o azúcar alta. Si no se trata, el azúcar alta puede causar mucho daño en su cuerpo.



## ¿En qué consiste la diabetes gestacional?

La diabetes gestacional es una condición que ocurre únicamente a mujeres embarazadas que anteriormente no eran diabéticas. Estas mujeres desarrollan niveles altos de glucosa en la sangre, los cuales se normalizan después del parto. Únicamente un número pequeño de mujeres son afectadas. Por lo general se presenta alrededor de la 24 semana de embarazo, cuando su cuerpo segrega grandes cantidades de hormonas para ayudar al crecimiento del bebé. Estas hormonas impiden que su insulina opere adecuadamente. Cuando esto ocurre, sus niveles de glucosa se elevan.

Niveles elevados de glucosa en la sangre harán que su bebé sea más grande y produzca insulina. Pero no se preocupe. La mayoría de mujeres con diabetes gestacional tienen bebés sanos. Sin embargo, la diabetes gestacional debe tratarse hasta que dé a luz. Mantener sus niveles de glucosa bajo control evitará problemas para usted y su bebé.

## ¿Quiénes corren mayor riesgo de contraer diabetes gestacional?

Los siguientes factores elevan sus riesgos:

- Obesidad
- Historial familiar de diabetes
- Haber tenido un bebé de más de 9 libras

## ¿Cómo se trata la diabetes gestacional?

- **Haga una cita con un dietista**

Para cualquier paciente de diabetes es importante la planeación de la alimentación, con el fin de contribuir a controlar el azúcar de la sangre. Todos los alimentos se convierten en azúcar. Los carbohidratos, tales como el pan, el arroz y las frutas, son los que más afectan el azúcar de la sangre. Las proteínas y grasas también pueden aumentar el azúcar de la sangre. Consumir demasiados carbohidratos dará como resultado niveles elevados de glucosa en la sangre. Un dietista puede enseñarle como controlar su nivel de glucosa y a la vez proveer una alimentación adecuada para usted y su bebé.



- **Haga ejercicio**

Hacer ejercicio es sumamente importante cuando se tiene diabetes gestacional. Consulte con su equipo de salud sobre cuál sea la mejor rutina de ejercicios a seguir durante su embarazo.

- **Verifique sus niveles de glucosa con un medidor**

El auto-control de glucosa con un medidor provee—tanto a usted como a su equipo de salud—con la información necesaria para verificar si su plan de control está siendo efectivo. Su equipo de salud le indicará con que frecuencia deberá realizar estas pruebas y los resultados deseados. Algunas veces, los resultados de sus pruebas demostrarán la necesidad de ajustes en su dieta y/o rutina de ejercicios. (Refiérase al folleto *Pruebas de Glucosa en la Sangre*.)

- **Verifique la presencia de quetonas en su orina**

A menudo, el cuerpo deja quetonas cuando utiliza las grasas para producir energía. La presencia de quetonas en su orina puede indicar que su cuerpo no está

recibiendo suficiente glucosa para producir energía. Recuerde, cuando usted está embarazada, su cuerpo necesita producir energía para dos. Consulte con su equipo de salud sobre la prueba de quetonas. (Refiérase al folleto *Prueba de Quetonas*.)

- **Tome insulina si así lo indica su médico**

Cuando usted sufre de diabetes gestacional, es posible que la insulina que su cuerpo segrega no esté trabajando correctamente. Algunas mujeres necesitan tomar insulina para controlar sus niveles de glucosa en la sangre. Las píldoras para la diabetes NO pueden utilizarse durante el embarazo.

## ¿Cómo puede afectarme la diabetes gestacional?

Cuando se contrae la diabetes del embarazo, pueden presentarse algunos problemas. Afortunadamente, el buen control del azúcar de la sangre puede prevenir estos problemas, en la mayoría de los casos.

**Las Infecciones Urinarias** son más comunes en mujeres con diabetes gestacional. Estas infecciones son causadas por bacterias, las cuales sobreviven mejor cuando sus niveles de glucosa en la sangre son altos.

**La Cesárea** (C-Section) es más común en mujeres con diabetes gestacional.

**La Preeclampsia** (o Toxemia) es posible con la diabetes gestacional. Esta condición está caracterizada por presión arterial alta, la presencia de proteína en la orina, hinchazón en la cara, manos y pies, y aumento anormal de peso.



**Polihidramnios**, o demasiado líquido amniótico, puede también ocurrir. El líquido amniótico es el líquido que llena el útero de una mujer embarazada. El útero es la parte del cuerpo donde se desarrolla su bebé durante el embarazo. Esta condición puede causar un parto prematuro.

## ¿Puede la diabetes gestacional afectar a mi bebé?

Sí. Niveles altos de glucosa en la sangre pueden afectar a su bebé; sin embargo, un buen control puede aminorar los riesgos de que su bebé desarrolle problemas.

**Macrosomía** o bebé grande. Cuando sus niveles de glucosa en la sangre son demasiado altos, su bebé recibe el azúcar extra. Su bebé produce más insulina. La insulina y el azúcar extras hacen que su bebé crezca y pese más de lo normal. Esta condición puede dificultar un parto normal.

**Hipoglucemia** o azúcar baja. Si usted tiene baja el azúcar cuando está dando a luz, su bebé producirá insulina extra. Después del parto, la insulina extra hace que el nivel de glucosa en la sangre de su bebé sea demasiado bajo. El nivel de glucosa en la sangre de su bebé se chequeará y tratará, de ser necesario.

**Ictericia**, una condición donde la piel de su bebé se vuelve amarilla. No es nada serio, y puede ocurrir cuando usted tiene diabetes gestacional. Antes del parto, su bebé produce glóbulos rojos extra. Después del parto, el hígado de su bebé descompone estas células y las desecha. Al remanente de este proceso se le llama bilirrubina. Si el hígado de su bebé no se ha desarrollado lo suficiente a la hora de nacer, los glóbulos rojos de más, así como la bilirrubina, permanecen en su cuerpo. La bilirrubina hace que la piel de su bebé luzca amarilla. Esta condición es muy simple de tratar en el hospital, utilizando una lámpara especial.

## ¿Puedo tener un bebé sano?

¡Por supuesto que usted puede dar a luz a un bebé sano aún si sufre de diabetes gestacional! Siga los consejos a continuación:

1. Siga las instrucciones de su equipo de salud
2. Verifique sus niveles de glucosa utilizando un medidor
3. Hágase la prueba de quetonas en la orina
4. Siga cuidadosamente su plan de alimentación
5. Haga ejercicio con regularidad

## ¿Nacerá mi bebé con diabetes?

No. Los bebés de madres con diabetes gestacional no nacen con diabetes.

## ¿Dejaré de tener diabetes después del parto?

Por lo general, sus niveles de glucosa en la sangre regresarán a la normalidad después del parto. Sin embargo, haber contraído diabetes gestacional aumenta el riesgo de tener diabetes más adelante. Es importante mantener una alimentación y peso adecuados, y ejercitarse regularmente. Sus niveles de glucosa deberán analizarse de nuevo en su chequeo de los 40 días (6 semanas después del parto) y luego, en forma regular (por lo general, cada año). El cuidado de su salud aminorará los riesgos de contraer diabetes más adelante.

