

Transcripción

Tener Diabetes, cualquier tipo de Diabetes, significa que usted tiene demasiada glucosa, una forma de azúcar, en su torrente sanguíneo. Cuando usted tiene Diabetes Gestacional, su nivel de glucosa en la sangre se ha elevado por encima de lo normal durante su embarazo. La Diabetes Gestacional puede ocurrir en cualquier momento durante su embarazo.

"Mi actitud mental era, "¿Porqué yo? ¿Porqué tiene que ocurrirme esto a mí?" Desde luego, de todas las personas no esperaba que fuera yo. Otras personas, otras mujeres, pero ni siquiera consideré la posibilidad de que fuera yo."

"Podría decir que me preocupé. No sabía que esperar. Fué asustador."

"Busqué toda la información disponible sobre el posible daño fisiológico para el bebé y sobre el daño para mí."

"Cuando las mujeres se enteran de su diabetes gestacional, su primera reacción es un sentimiento de culpa. ¿Porqué me ocurrió esto a mí? Lo primero que les decimos es que no es su culpa."

Las mujeres más propensas a desarrollar diabetes gestacional son: las que tienen 25 años de edad o más en su primer embarazo, las que tienen sobrepeso antes de quedar embarazadas, las que tienen historia familiar de diabetes o han tenido ya un bebé con un peso, al nacer, de más de nueve libras. Ser de descendencia Afroamericana, de las islas del Pacífico, Hispana o Nativa Americana, también aumenta el riesgo. Pero la diabetes gestacional también puede presentarse en mujeres embarazadas sin factores de riesgo.

La diabetes afecta la forma en la cual el cuerpo usa el alimento que ingiere. Para entender la diabetes gestacional, miremos como el cuerpo transforma la comida en energía.

La mayoría de alimentos que entran al cuerpo se transforman en glucosa, una forma de azúcar. La glucosa entra en el torrente sanguíneo, elevando el nivel de glucosa en la sangre. A medida que la glucosa en la sangre se eleva, el páncreas libera insulina. La insulina funciona como una llave que abre las células, permitiéndole la entrada a la glucosa. La glucosa se usa para producir energía en el momento o se almacena para uso posterior.

Debido a que este proceso remueve la glucosa de su torrente sanguíneo, la insulina ayuda a que su nivel de glucosa en la sangre permanezca en un rango saludable.

Los vasos sanguíneos también le proporcionan energía al bebé. Le llevan glucosa, oxígeno y otros nutrientes por medio de un órgano llamado placenta. Al mismo tiempo que la placenta le pasa nutrientes al bebé, libera hormonas en el torrente sanguíneo, que ayudan a un embarazo sano.

A medida que crecen y se desarrollan, su bebé y su placenta, más hormonas son producidas. Del sexto al noveno mes de embarazo, este aumento de hormonas puede causar que sus células impidan que la insulina haga su trabajo. Esto se llama Resistencia a la Insulina. Por esto es que a la mayoría de las mujeres se les realiza una prueba de Diabetes Gestacional entre las semanas 24 y 28.

Para equilibrar la insulino-resistencia, el páncreas debe producir más y más insulina que traslade la glucosa del torrente sanguíneo a las células, para producir energía en el momento o almacenarla para uso posterior. De hecho, la cantidad de insulina que se necesita puede aumentar entre 2 y 3 veces durante el embarazo.

La mayoría de las mujeres produce suficiente insulina adicional para mantener su nivel de glucosa en la sangre en un rango saludable. Pero si sus células retienen la insulina, estas no pueden abrirse para permitir la entrada de glucosa. La glucosa permanece en su torrente sanguíneo y eso conduce a altos niveles de glucosa en la sangre o hiperglicemia. Esto es llamado Diabetes.

Reúnase con su médico tan pronto como se entere que padece diabetes gestacional para establecer su plan de manejo. Usted aprenderá los pasos que debe tomar para bajar su glucosa en la sangre y tener un embarazo y un bebé saludables.