

Usando Insulina para Controlar la Diabetes Gestacional

Si no logras mantener tu nivel de glucosa en un rango sano, solo con la actividad física y una dieta saludable cuando tienes diabetes gestacional, tal vez tu profesional médico recete insulina.

Puede ser útil si entiendes cómo funciona la insulina. La diabetes afecta la manera en que tu cuerpo utiliza el alimento que comes. La mayoría de los alimentos que comes, se convierten en glucosa, una forma de azúcar. La glucosa entra en el torrente sanguíneo elevando tu nivel de glucosa.

Al elevarse el nivel de azúcar, el páncreas libera insulina. La insulina funciona como una llave. Abre las células y permite que entre la glucosa. La glucosa se usa como energía en ese momento o se almacena para después.

En cualquier embarazo, conforme crece y se desarrolla el bebé, es necesaria más insulina para sacar la glucosa de la sangre y meterla en las células. Pero cuando tienes diabetes gestacional, tu cuerpo no produce suficiente insulina. O tus células resisten a la insulina. Esto se conoce por resistencia a la insulina.

Por esto, te puede recetar insulina tu equipo de la diabetes. Las inyecciones de insulina van a darle a tu cuerpo la insulina adicional que necesitas.

Esto va a ayudar a sacar la glucosa de la sangre y meterla en tus células para obtener energía.

Si te aplicas insulina, debes hacerlo exactamente de la manera indicada. La insulina no dañará a tu bebé. Tu equipo de la diabetes va a mostrarte cómo y cuándo debes aplicar la insulina.

Cuando te aplicas insulina corres riesgo de hipoglucemia, o nivel bajo de glucosa en sangre. Consulta con tu equipo de cuidado de la diabetes sobre la hipoglucemia y cómo tratarla.

Aun aplicándote insulina, continúa haciendo elecciones sanas de alimentos, sé activa y revisa tu nivel de azúcar. Te darás cuenta de que todas las partes de tu plan médico son efectivas para ti y tu bebé.