Volante A5

EsSalud

Diabetes Gestacional

¿QUÉ ES? Es la condición de mujeres embarazadas que aún no han presentado diabetes antes, pero que tienen niveles de glucosa elevados

Toma el control de la DIABETES

CAUSA

No esta determinada, pero se considera que las hormonas de la placenta que ayudan al desarrollo del bebe, bloquean la acción de insulina en cuerpo de la madre, provocando resistencia a la insulina

TRATAMIENTO

MONIOTOREA TUS NIVELES DE GLUCOSA

Niveles adecuados
En ayunas < 95 mg/dl
1 hora después de comer <140

MANTEN UN PESO ADECUADO

Puede ayudar a evitar que la diabetes gestacional se vuelva diabetes tipo 2

HAZ EJERCICIO REGULARMENTE

Acude a Psicoprofilaxis Obstétrica

CONSUME PORCIONES ADECUADAS DE ALIMENTOS

Acude a tu nutricionista para que evalúe tus necesidades particulares