

Diabetes Gestacional y Diabetes en Adolescentes

Eslly Reyes, Program Director



Declaración de ausencia de conflicto de interés

No tenemos interés alguno real o percibido relacionado con esta presentación, ni tenemos relación alguna con productos o compañías farmacéuticas, fabricantes de dispositivos biomédicos y/u otras corporaciones cuyos productos o servicios estén relacionados con áreas terapéuticas pertinentes.

Objetivos de Hoy

Al final de esta sesión, los participantes podrán:

- Definir la diabetes gestacional
- Comprender la importancia de la planificación preconcepcional para los pacientes con DM o pre-DM.
- Entender cómo se trata la diabetes gestacional.
- Estar conscientes de cómo la diabetes gestacional no controlada puede afectar a la madre y a los niños
- Reconocer los signos y síntomas de un nivel alto de azúcar en la sangre durante el embarazo y aprender qué hacer al respecto
- Reconocer la diabetes tipo 1 y 2 en adolescentes



¿Qué es la Diabetes Gestacional?

- **Diabetes gestacional:** Es definida como el inicio o primer reconocimiento de la tolerancia anormal a la glucosa durante el embarazo.



¿Qué es la Diabetes Gestacional?

- En algunas mujeres, la diabetes gestacional puede afectarles en más de un embarazo.
- La diabetes gestacional por lo general aparece a la mitad del embarazo. Los médicos suelen realizar estudios entre las **24 y 28 semanas del embarazo**.
- La diabetes gestacional se puede controlar a menudo con una alimentación saludable y ejercicio regular, pero algunas veces la madre también necesitará insulina.



¿Sabias Que?



- Cada año, entre el **2% y el 10%** de los embarazos en los Estados Unidos se ven afectados por la **diabetes gestacional**.
- Es importante controlar la diabetes gestacional lo ayudará a asegurarse de que tenga un embarazo saludable y un bebé sano.



Causas

- Es difícil predecir qué mujeres tendrán diabetes gestacional durante el embarazo. Sin embargo, es más probable en algunas mujeres que en otras.
- Es más probable que tenga diabetes gestacional si:
 - Ya la tuvo
 - Tiene sobrepeso
 - Tiene antecedentes familiares de diabetes (genética)
 - Es mayor de 25 años
 - Sufre de Hipertensión arterial
 - Exceso de líquido amniótico

Síntomas

- En la mayoría de las mujeres, la diabetes gestacional no produce signos ni síntomas perceptible
- Es común que los síntomas sean leves, como tener mas sed de lo normal o tener que orinar con mas frecuencia
- Pero en algunos casos, la diabetes gestacional puede tambien demostrar síntomas communes de diabetes (1 y 2):
 - Vision Borrosa
 - Fatiga
 - Gran consume de agua
 - Incremento de la necesidas de orinar
 - Perdida de peso

Pruebas y Diagnostico

- **Todas** las mujeres embarazadas se deben de someter a una prueba para ver si tienen diabetes gestacional.
- La mayoría de las mujeres se hacen la prueba a los **6 ó 7 meses de embarazo (entre las 24 y 28 semanas del embarazo)**. Sin embargo, las mujeres que corren un alto riesgo de tenerla, deben hacerse la prueba antes.
- Tipos de pruebas:
 - Análisis de sangre
 - Prueba de sobrecarga oral de la glucosa
 - Prueba de tolerancia oral a la glucosa (OGTT)

Pruebas y Diagnostico

Prueba de sobrecarga oral de la glucosa

- Un profesional de la salud le tomara una muestra de sangre un hora después de haber tomado un liquido dulce que contiene glucosa (no necesita estar en ayunas)
- Si su nivel de glucosa esta en 140 o mas, es posible que tenga que regresar para una prueba OGTT

Prueba de tolerancia oral a la glucosa (OGTT)

- Mide la glucosa en la sangre después de haber estado en ayunas por lo menos 8 horas.
- Un profesional de la salud toma una muestra en ayunas
- Consecuentemente le provee un liquido que contiene glucosa y toma una muestra de sangre cada hora durante 2 o 3 horas.
- Si sus niveles de glucosa están elevado en 2 o mas de estas muestras-significa que tiene **diabetes gestacional**



Control y Tratamiento

Manejar la diabetes gestacional incluye visitar a un profesional de la salud frecuentemente, seguir un plan de alimentación saludable y estar físicamente activo. Si su plan de alimentación y actividad física no son suficientes para mantener su glucosa en sangre en el rango adecuado, es posible que necesite insulina.

Consejos para controlar la diabetes gestacional (CDC):

1. Comer alimentos saludables
2. Hacer ejercicio con regularidad
3. Checar con frecuencia el azúcar en la sangre (mejor control)
4. Tomar insulina, si es necesario
5. Hacerse un examen de diabetes después del embarazo



Planificación Pre-Conceptual

- El mejor momento para controlar su nivel de glucosa en la sangre es antes de quedar embarazada. Los niveles altos de glucosa en sangre pueden ser perjudiciales para su bebé durante las primeras semanas de embarazo, incluso antes de saber que está embarazada.
- Mantener su nivel de glucosa en sangre lo más cercano posible a los valores normales antes de su embarazo y durante este es la medida más importante que puede tomar para mantenerse sana y tener un bebé sano.
- Visitar de forma regular a integrantes del equipo de atención de la salud que son expertos en diabetes y embarazo le garantizará el mejor cuidado.
- Recurso: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/embarazo-diabetes#par>

Efectos Adversos en la Madre y el Bebe

El azúcar de la sangre que no está bien controlado en la diabetes gestacional puede llevar a problemas en la madre y su bebé:

1. Un bebé demasiado grande (obeso)- aumenta posibilidades de desarrollar obesidad y diabetes tipo 2 de adulto
2. Mayor posibilidad de tener una cesarea
3. Presion arterial alta o preclamsia – posibilidades de bebe prematuro
4. Riesgo de Perdida del bebe (aborto espontaneo)
5. Bajo nivel de azucar en la sangre (hipoglucemia) – afecta madres e hijos

Diabetes en la Adolescencia

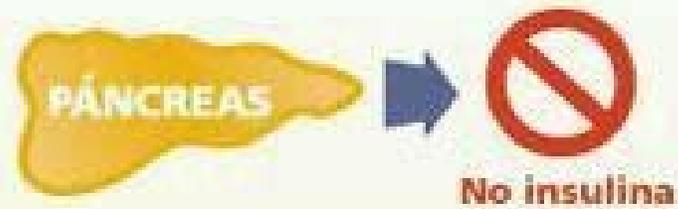
- Existen varios tipos de diabetes, algunos son más frecuentes en adultos y otros en niños
- Debido a la creciente prevalencia de obesidad en los jóvenes, el tipo de diabetes que tradicionalmente se diagnosticaba en adultos mayores ahora se puede presentar en todos, incluso en niños y adolescentes.



<http://www.liggins.auckland.ac.nz/en/no-dka.html>

(Fig. 1) **Diabetes tipo 1**

- El cuerpo produce poca o ninguna insulina
- Usualmente ocurre en niños o adultos jóvenes



(Fig. 1) **Diabetes tipo 2**

- El cuerpo produce muy poca insulina
- O, el cuerpo impide que la insulina funcione adecuadamente
- Más común en personas en adultos mayores con sobre peso



¿Por qué es diferente la diabetes en la adolescencia?

- La diabetes es similar a cualquier edad o cualquier tipo y se caracteriza por la elevación de los niveles de glucosa en la sangre así como complicaciones a corto y largo plazo que deben tratarse.
- Durante la adolescencia suelen presentarse cambios **físicos, psicológicos y hormonales que complican el control de esta enfermedad**, por lo que los padres, familiares, médicos y maestros deben estar alerta para su control

¿Qué adolescentes corren mas riesgo de desarrollar la diabetes ?

- Adolescentes con sobrepeso u obesidad
- Los que tienen familiares con diabetes.
- Los que toman medicamentos que elevan los niveles de glucosa como derivados de esteroides o cortisona
- Presencia de otras enfermedades asociadas a diabetes como: hipertensión, síndrome de ovario poliquístico, colesterol elevado, etc.
- Los que tienen datos de que la insulina no esté ejerciendo su efecto de manera adecuada en el cuerpo
- Presencia de “Acantosis nigricans” que es una pigmentación en cuello, nudillos y otras partes del cuerpo que es muy característica de este problema



Dificultades en el Control de La Diabetes en Adolescentes

- Los cambios hormonales
- Un aumento en el consumo de alimentos que elevan la glucosa
- Rebeldía para tomar sus medicamentos o aplicarse insulina
- Se pueden rehusar a seguir horarios o rutinas necesarias para controlar la diabetes.
- Cambios en el peso o talla frecuentes que ameritan ajustes de medicamentos
- Obesidad y vida sedentaria
- Trastornos de la alimentación (Bulimia y anorexia)
- Falta de información y educación en diabetes.
- No llevar un automonitoreo
- Consumo de alcohol o drogas

¿Que necesitan los adolescentes para estar en control?



<http://www.jabefitness.com/wp-content/uploads/2013/04/alimentacion-sana-plato-representacion.jpg>



www.medicalnewstoday.com



http://1.bp.blogspot.com/_J5L2zniqNeg/54xl_169Nxl/AAAAAAAAAIXk/MvgCccMsj80/s320/Enfermeiro+-+medicamentos+2-778960.jpg

Preguntas?



Recursos

1. [El Diabetes y El Embarazo Guía \(CDC\)](https://www.cdc.gov/pregnancy/spanish/documents/Diabetes-and-Pregnancy_sp.pdf)
https://www.cdc.gov/pregnancy/spanish/documents/Diabetes-and-Pregnancy_sp.pdf
2. [Lo que usted debe saber sobre preparese para el embarazo si tiene diabetes Guia \(CDC\)](https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/embarazo-diabetes#par)
<https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/embarazo-diabetes#par>
3. [Diabetes Gestacional Video](http://www.diabetes.org/es/informacion-basica-de-la-diabetes/diabetes-gestacional/que-es-la-diabetes-gestacional.html) <http://www.diabetes.org/es/informacion-basica-de-la-diabetes/diabetes-gestacional/que-es-la-diabetes-gestacional.html>