



**KAISER PERMANENTE®**

## **Diabetes y la preparación para el embarazo**

### **(Diabetes and Pregnancy Planning)**

La diabetes es una enfermedad común que afecta a muchas mujeres durante sus años fértiles. Si se deja sin tratar, puede ocasionar también defectos de nacimiento. Es importante recordar que las mujeres diabéticas deben tener el azúcar de la sangre bajo control antes de concebir a fin de disminuir el riesgo de defectos de nacimiento. Para las diabéticas con altos niveles de azúcar en la sangre hay de un diez a 20 por ciento de riesgo de tener un niño con un defecto de nacimiento, comparado con el tres a cuatro por ciento de riesgo de la población general. Las buenas noticias son que las diabéticas embarazadas que tengan su nivel de azúcar de la sangre bajo buen control tienen alrededor del mismo riesgo de defectos de nacimiento que la población en general.

Los defectos de nacimiento que pueden ocurrir en infantes de madres diabéticas afectan muchos sistemas del cuerpo, incluyendo el sistema esquelético, el sistema nervioso central, el sistema cardiovascular, el sistema renal (que involucra los riñones) y el sistema gastrointestinal (o vía digestiva). Los defectos de nacimiento puede incluir desarrollo anormal de la pelvis del bebé y de las piernas, desarrollo anormal de la columna vertebral del bebé o del cerebro o desarrollo anormal del corazón del bebé, los riñones, el estómago o el intestino. Al tener el nivel de azúcar de la sangre bajo buen control antes de que quede embarazada, usted puede disminuir el riesgo de tener un bebé con cualesquiera de estos defectos de nacimiento.

Si usted aún no está encinta pero planea quedar embarazada, debe separar un tiempo para comentar su situación con su proveedor de salud. Éste querrá coordinar su dieta, programa de ejercicios y especialmente sus medicamentos. Un examen de Hemoglobina A1C le dejará saber si su nivel de azúcar en la sangre ha estado bajo control durante los últimos tres meses. Si el resultado de la prueba cae dentro de la medida normal, significa que hay menos posibilidad de tener un bebé con un defecto de nacimiento.

Si usted requiere actualmente pastillas o insulina para controlar su azúcar en la

sangre, es muy importante que comente su deseo de quedar embarazada con su internista, ginecólogo o perinatólogo. En el caso de que este tomando las pastillas, su doctor la va a cambiar a la insulina cuando quede embarazada. La insulina es mucho más segura para la salud de su bebé ya que al contrario de las pastillas, la insulina no entra en la placenta para afectar el nivel de azúcar en la sangre de su bebé.



Para mayor información confiable sobre temas de salud:

- Entre al sitio de internet exclusivo para miembros en [www.kaiserpermanente.org/california](http://www.kaiserpermanente.org/california), y cliquee el boton que dice "Kaiser Permanente Members Only"
- Visite el Centro de Educación para la Salud en su establecimiento local de Kaiser Permanente.
- Consulte su copia de "La Salud en Casa: Guía Práctica de Healthwise y Kaiser Permanente.
- Escuche los mensajes del Teléfono de la Salud de Kaiser Permanente llamando al 1-800-332-7563.

Para conseguir una copia gratis del "La Salud en Casa" o del "Directorio del Teléfono de la salud," llame al 1-800-464-4000.

Esta información no se presenta con la intención de diagnosticar problemas de salud o en lugar del cuidado médico profesional. Si tiene problemas de salud persistentes o si tiene más preguntas, por favor, consulte con su doctor o con su proveedor de salud.

© 1998, The Permanente Medical Group, Inc.

REGIONAL HEALTH EDUCATION

3720s