

Conozca las complicaciones más comunes en el embarazo

Diabetes gestacional e hipertensión son cada vez más comunes en las mujeres embarazadas

- *Las complicaciones en el embarazo deben ser abordadas con especialistas para llevar a buen término el embarazo.*

Bogotá, Septiembre de 2017. Las complicaciones en el embarazo son situaciones a las que ninguna mujer se quiere enfrentar; sin embargo es muy importante conocerlas, ya que la información a tiempo, los signos de alerta o los antecedentes familiares pueden facilitar el tratamiento y el diagnóstico.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la diabetes es el tercer problema de salud pública más importante en el mundo, y la diabetes gestacional está dentro de este grupo de patologías. A su vez, la hipertensión en el embarazo es una condición previa que puede desencadenar una preeclampsia que es una condición de atención en la vida de la mujer y la de su bebé. Estas enfermedades se presentan en embarazos en donde las mujeres tienen más de 30 años.

“Debido a que ahora muchas mujeres postergan su maternidad, las complicaciones durante el embarazo son cada vez más comunes. La prevención, los factores de riesgo y cómo controlar la enfermedad son elementos claves a la hora de abordar las complicaciones. Muchas de ellas son controlables si se identifican a tiempo, por eso la importancia de estar acompañados del médico especialista para llevar el embarazo a feliz término”, afirmó el doctor Mortimer Arreaza Graterol, ginecólogo de Clínica La Colina.

¿Qué es la diabetes gestacional?

Es un trastorno metabólico que se traduce en una intolerancia a los carbohidratos, esta condición solo se presenta durante el embarazo. Cuando se ingiere alimento, el sistema digestivo descompone los alimentos para producir glucosa, esta entra al torrente sanguíneo que con la ayuda de la insulina la transforma en energía para el cuerpo. Si el cuerpo no produce la insulina suficiente, o si esta es deficiente en su función de glucosa se queda en la sangre en lugar de llegar a las células para convertirse en energía. Signos de alerta y prevención

Existen algunos signos de alerta que pueden indicar una tendencia a padecer la enfermedad:

1. Sí antes de estar embarazada se tiene algún tipo de diabetes.
2. Sí en un embarazo previo se padeció la enfermedad, existe un 50% de probabilidades de volver a adquirirla.
3. Sí la madre gestante tiene un índice de masa corporal (IMC) superior a 30.
4. La edad es un precedente para tener en cuenta: sí la madre tiene más 35 años, tiene altas probabilidades de padecer la enfermedad.
5. Sí existe un antecedente familiar con diabetes es importante registrarlo y darlo a conocer a su médico.

La diabetes gestacional no presenta ningún síntoma evidente, por eso se hace relevante realizarse un examen entre las semanas 24 a la 26 (segundo trimestre) para descartar mediante exámenes especializados la detección temprana.

¿Cómo afecta el embarazo la diabetes gestacional?

Las pacientes pueden presentar complicaciones maternas y fetales. La idea principal del manejo es disminuir las complicaciones asociadas a la diabetes gestacional como son la macrosomía fetal y el polihidramnios que generan a su vez sobre distensión uterina creando un escenario de riesgo para la madre y el feto. Si la enfermedad se interviene a tiempo existe un estricto control del azúcar en sangre y se maneja con una alimentación adecuada y ejercicio puede disminuirse el riesgo asociado a esta patología. Solo en casos específicos, se requiere medicamentos.

¿Cómo podría afectar al bebé la diabetes gestacional?

Cuando la enfermedad es detectada a tiempo y se logra un adecuado control metabólico, las complicaciones son mínimas. En caso de que no sea así, existen complicaciones serias que sólo de la mano de especialistas pueden ser tratadas. Cuando existe un alto nivel de azúcar en la sangre, esta condición le exige al páncreas del bebé producir más insulina, esto hace que él bebe tenga un crecimiento mayor de lo esperado. Este aumento dificultará el parto vaginal y en algunas ocasiones los hombros del bebe pueden quedar atorados en el canal vaginal. Esta es una complicación conocida como distocia de hombros.

¿La diabetes gestacional tiene efectos de largo plazo?

Los bebés que nacen con exceso de grasa acumulada por los altos niveles de azúcar de la madre, tienen tendencia a sufrir de obesidad en su infancia y edad adulta. A su vez también pueden llegar a tener problemas de respiración, ya que esta condición hace que los pulmones tarden en madurarse y aumenta el riesgo de ictericia.

¿Cómo controlar la diabetes gestacional?

Luego de que el médico confirme la diabetes gestacional, el registro de azúcar en sangre es una forma muy útil de controlar la enfermedad. Las acciones de control para este padecimiento son:

1. Seguir una dieta balanceada: crear un plan alimenticio balanceado según tu plan actividad, peso, altura y edad, con la asesoría de un especialista. Evitar los carbohidratos sencillos puede ser otra estrategia en la alimentación ya que al ser digeridos rápidamente por el organismo aumentan los niveles de azúcar en el organismo. También el mantener un consumo periódico, sin saltarse ninguna comida es útil para la estabilidad de azúcar en la sangre.
2. Hacer ejercicio: el ejercicio moderado ayuda al cuerpo a procesar mejor la glucosa. Caminar durante 30 minutos puede ayudar y con la ayuda del médico se puede encontrar el mejor método para aumentar la actividad física según las condiciones médicas de la madre y el bebe.

¿Tendré diabetes luego del embarazo?

Aunque en la mayoría de los casos la diabetes desaparece luego de unas semanas, existe un riesgo sí:

- La madre sufre de obesidad.
- Los niveles de azúcar se mantuvieron altos durante el embarazo.
- El diagnóstico de diabetes gestacional se realizó antes de la semana 24.

- Los resultados de la prueba de glucosa luego del parto están muy altos.

¿Cómo identifico si tengo hipertensión gestacional?

La hipertensión gestacional es una enfermedad multifactorial que según evidencia científica se adquiere en el momento de la concepción. Sin embargo suele manifestarse algún tiempo después. Esta enfermedad se diagnostica cuando existe una presión arterial de 140/90, luego de la semana 20 del periodo de gestación. Al terminar el embarazo, esta condición desaparece. En algunos casos no es necesario utilizar medicamentos ya que con el acompañamiento médico y conociendo la historia médica de la paciente se puede vigilar la enfermedad.

¿Qué complicaciones puede tener la enfermedad?

Las complicaciones pueden afectar a la madre y el bebé de la siguiente manera:

- Preeclampsia: Cuando luego de identificar la hipertensión se realiza un examen especializado y se encuentra un contenido alto de proteína en la orina se identifica como una preeclampsia. Las mujeres que en un embarazo anterior hayan sufrido de preeclampsia tiene hasta 7 veces más posibilidades de repetir esta condición.
- Nacimiento prematuro: sí el bebé nace antes de las 37 semanas, es considerado como un bebé prematuro. En estos casos se tiene evidencia que la hipertensión gestacional está asociada con la formación del riñón del recién nacido.
- Bajo peso al nacer.
- Desprendimiento de la placenta.

El acompañamiento constante y el apoyo especializado permite que las complicaciones en el embarazo se manejen de manera adecuada, por eso la importancia de conocer los riesgos y los factores de riesgo para tener el acompañamiento necesario.

La redacción de este comunicado de prensa contó con la asesoría médica del Doctor Mortimer Arreaza Graterol, Médico especialista materno fetal de Clínica La Colina.

Clínica La Colina

Oficina de Relaciones Públicas
paula.molina@clinicalacolina.com
PBX: +57 (1) 489 7000 Ext. 7112

Diez Consultores

Andrea Murillo Calderón
amurillo@diez.com.co
PBX: +571 3003181 Cel: 310 862 3364