

La **DIABETES** durante el embarazo (o gestacional)



La diabetes gestacional se caracteriza por un nivel alto de glucosa en la sangre que se desarrolla **durante el embarazo** en mujeres que nunca han tenido diabetes.

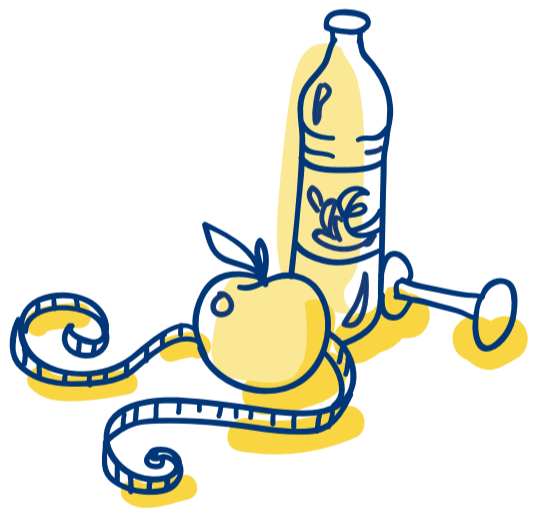


Si no se controlan los niveles de glucosa en la sangre durante el embarazo, **pueden presentarse problemas** tanto para usted como para su bebé.

Puede **aumentar** la probabilidad de que usted y su bebé desarrollen diabetes tipo 2 u otros problemas de salud más adelante.

Para reducir el riesgo de desarrollar diabetes gestacional o diabetes tipo 2, **puede hacer lo siguiente:**

- Consumir alimentos nutritivos
- Hacer una cantidad moderada de ejercicio con regularidad
- Mantener un peso saludable



Recuerde:

Mantenga los niveles de glucosa en la sangre **lo más cerca posible de su objetivo.**

Obtenga más información sobre la diabetes gestacional en espanol.Cornerstones4Care.com