

A MULHER COM DIABETES GESTACIONAL



Aqui você encontrará respostas para muitas dúvidas que surgem ao saber que você ou alguém próximo à você tem diabetes gestacional. É importante esclarecê-las para evitar os riscos e ter uma gravidez tranquila. Boa leitura!

O que é o diabetes gestacional?

O diabetes gestacional, como o próprio nome diz, é o diabetes que **surge durante a gravidez**. Algumas mulheres, a partir da metade da gestação, apresentam alterações no organismo que causam aumento da glicose no sangue (hiperglicemia).

A hiperglicemia esta relacionada ao **aumento de hormônios com ação contrária à da insulina**, que elevam os níveis de glicose, ou que provocam resistência à ação da insulina.

Após o parto, geralmente, **o organismo da mulher retorna às condições normais anteriores** ao surgimento do diabetes gestacional, ou seja, sem diabetes.

Porém, algumas mulheres podem desenvolver diabetes depois da gravidez, por isso deve ser reavaliada a presença do diabetes 4 a 6 semanas após o parto.

O que acontece com o bebê e a mãe com diabetes gestacional?

No diabetes gestacional a mãe tem hiperglicemia. Esse excesso de glicose passa pela placenta e vai para o bebê.

O pâncreas do bebê tem que produzir mais insulina para que a glicemia dele fique normal.

Como resultado dessa situação **ocorre um aumento de peso e crescimento exagerado do bebê** (macrossomia). Isso pode provocar um parto prematuro e/ou dificuldades na hora do parto.

Além disso, como o sangue do bebê tem mais insulina por causa do excesso de glicose que ele recebe da mãe, depois que o cordão umbilical é cortado, a glicose dele pode ficar muito baixa (hipoglicemia).

Tenho algum risco para ter diabetes gestacional?

Você tem risco de desenvolver diabetes gestacional se

- Tiver 35 anos ou mais
- Estiver acima do peso ou com excesso de peso na gravidez atual
- Tiver excesso de gordura localizada na região da cintura
- Na gravidez atual tiver excesso de líquido no útero (polidrâmnio), seu bebê for muito grande (macrossomia), ou tiver pressão alta (hipertensão ou pré-eclâmpsia)
- Já teve, em gestações anteriores, problemas como abortamentos, malformações, macrossomia, morte do bebê durante a gestação ou ao nascer
- Já teve diabetes gestacional anteriormente
- Tiver Síndrome de Ovários Policísticos
- Tiver baixa estatura (menos de 150 cm)
- Tiver pais ou irmãos com diabetes

Como posso reduzir o meu risco para o diabetes gestacional?

O risco para desenvolver diabetes gestacional **esta ligado a vários fatores**, porém **alguns deles podem ser modificados**.

Isso significa que se **mudarmos o estilo de vida**, adquirindo **hábitos mais saudáveis**, esses riscos podem ser alterados e reduzidos.

Por exemplo, se você tem excesso de peso ou obesidade e passa a ter uma alimentação mais saudável associada à prática de atividades físicas, conseguindo emagrecer, o seu risco de ter diabetes gestacional será menor.

Como saber se tenho diabetes gestacional?

A avaliação de diabetes gestacional **é feita à partir da 20ª semana** de gestação, geralmente entre a 24ª e 28ª semanas, por meio da solicitação da glicemia em jejum.

Se a **glicemia em jejum** for igual ou maior que 92mg/dl é diagnosticado diabetes gestacional.

O diagnóstico do diabetes gestacional também pode ser feito ou confirmado por meio **do teste oral de tolerância à glicose (TOTG)** ou curva glicêmica.

Resultados iguais ou maiores que 180 mg/dl e 153 mg/dl, uma e duas horas após a ingestão da solução de glicose (líquido açucarado) confirmam o problema.

Porém, já na primeira consulta do pré-natal o médico deve solicitar o exame de glicemia em jejum, pois a mulher já pode ter diabetes e não saber.

Quais os são os riscos para a mulher com diabetes gestacional?

O diabetes gestacional mal controlado pode causar

- Pré-eclampsia (pressão alta, geralmente com perda de proteína na urina, chamada proteinúria).
- Problemas com o parto devido à macrossomia (bebê muito grande).
- Aumento do risco para desenvolver diabetes tipo 2 após a gravidez.

Quais são riscos para o bebê na presença de diabetes gestacional **mal controlado**?

- Morte do bebê antes do parto.
- Bebê muito grande (macrossomia), com dificuldades durante o parto.
- Parto antes da hora (bebê pré-termo ou prematuro).
- Glicose baixa ao nascer (hipoglicemia).
- Problemas respiratórios ao nascer (imaturidade pulmonar).
- Desenvolvimento de obesidade e/ou diabetes no futuro.

Ficou alguma dúvida? Pergunte-nos ou faça seu comentário no espaço no final da página!