



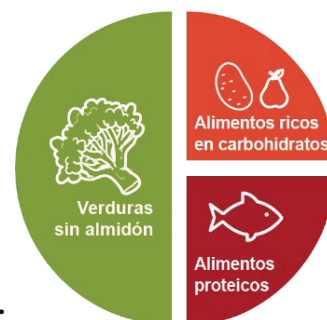
Tratamiento de la Diabetes Gestacional (GDM)

El tratamiento comienza con terapia nutricional médica y actividad física. La administración de insulina, cuando sea necesaria, debe iniciarse rápidamente para alcanzar los objetivos de glucosa en sangre.

Nutrición

Consulte a un dietista registrado familiarizado con la diabetes gestacional para obtener asesoramiento sobre nutrición y objetivos glucémicos.

La planificación de comidas promueve la salud materna y neonatal basándose en la evaluación nutricional y considerando las necesidades de cada individuo, tanto físicas como culturales.



Actividad física



Los estudios muestran que realizar actividades aeróbicas de intensidad moderada, de resistencia o de ambos tipos, durante 20 a 50 minutos por día, de 2 a 7 días por semana, muestra mejoras en el control de la glucosa.

Los objetivos de actividad física deben individualizarse para cada paciente, con un objetivo de 150 minutos por semana de actividad de intensidad moderada.

Insulina (cuando sea necesaria)

Durante la diabetes gestacional, los requerimientos de insulina aumentan drásticamente desde las 24 semanas hasta el parto.

Si es necesario alcanzar los objetivos glucémicos, la insulina es el medicamento preferido para el tratamiento de la diabetes gestacional y debe agregarse rápidamente.

