Instrucciones para el seguimiento de Diabetes Gestacional después del parto

Estimada Sra._____.

Durante su reciente embarazo usted desarrollo Diabetes Gestacional. Es necesario que se le repita la prueba para la diabetes a las 6 semanas después del parto.

Instrucciones:

- ☐ Llame a mi oficina _____ para programar la prueba.
- ☐ Vaya a este laboratorio _____

La prueba que necesita hacerse es:

- ☐ Prueba de Glucosa en el plasma en ayunas
- ☐ Prueba Oral de Tolerancia a la Glucosa,2 horas,75 gramos (la prueba tiene una duración de 2 1/2 horas)

Por favor no coma nada después de la media noche antes del día de la prueba. Puede tomar agua solamente.

Quiero verla en mi oficina_____ días después de la prueba para discutir los resultados de la prueba y hacerle el examen posparto.

Llame a mi oficina_____ para pedir una cita.

Nombre del medico: _____

Firma: _____

Información importante para usted

¿Qué es Diabetes? La mayor parte de los alimentos que usted ingiere son metabolizados a glucosa para darle energía a su cuerpo. Su páncreas produce insulina para que esa glucosa se pueda utilizar por su cuerpo. Diabetes ocurre cuando la glucosa en su sangre esta elevada porque su páncreas no produce suficiente insulina o su cuerpo no esta utilizando la insulina debidamente. La glucosa aumenta en su sangre pero su cuerpo sufre de falta de energía.

¿Por qué necesito esta prueba? Usted tuvo Diabetes Gestacional durante su embarazo lo cual la pone a riesgo de desarrollar Tipo 2 Diabetes ahora o en el futuro. Se puede sentir bien ahora pero si la diabetes no se trata puede resultar en una enfermedad cardiaca, fallo renal, ceguera, derrame cerebral y muerte prematura. Esta prueba de tolerancia de glucosa ayudara a determinar si usted tiene Tipo 2 Diabetes.

¿Y si la prueba resulta anormal? Si la glucosa en su sangre esta elevada pero no lo suficiente como para diagnosticar Diabetes Tipo 2 queda la posibilidad que usted tenga Prediabetes. Si es así deberá hacerse la prueba por lo menos una vez al año

¿Y si la prueba resulta normal? Usted estará a más riesgo en el futuro de desarrollar Diabetes Tipo 2 que otras mujeres. Deberá repetir la prueba por lo menos cada 3 años.

Informe a su medico. Es muy importante decirle a todos sus doctores sobre la Diabetes Gestacional que desarrollo durante su embarazo de manera que el le haga la prueba para Diabetes 2 en el futuro. Es importante que usted lo recuerde. Escríbase una nota y márquelo en su calendario.

¿Qué puedo hacer ahora? Puede ayudar a prevenir o retardar Diabetes Tipo 2 dándole de mamar a su bebe, escogiendo alimentos adecuados y haciendo ejercicios por lo menos 30 minutos 5 días a la semana.

Los siguientes sitios proveen mas información: Asociación Americana de Diabetes, www.diabetes.org; Centro para Control y Prevención de Enfermedades, www.cdc.gov/diabetes; Colegio Americano de Obstetras y Ginecologos, www.acog.org Programa Nacional de Educación Sobre la Diabetes, www.ndep.nih.gov