

DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO



Aleida Rivas Blasco

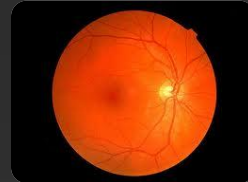
DIABETES MELLITUS GESTACIONAL

MANEJO POST-PARTO

LA DIABETES GESTACIONAL CONSTITUYE UN EXCELENTE BLANCO PARA LA APLICACIÓN DE ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN DE LA DIABETES



- Abarca un grupo poblacional relativamente joven con un largo período de potencial riesgo para la aparición de diabetes y sus complicaciones crónicas
- Las mujeres con Diabetes Gestacional constituyen un grupo de riesgo fácilmente accesible durante el embarazo y el parto



CONTRADICTORIAMENTE DESPUÉS DEL PARTO SE TIENDE A FLEXIBILIZAR LA ATENCIÓN DE LAS MUJERES CON DIABETES GESTACIONAL, PROBABLEMENTE DEBIDO A QUE SUS VALORES DE GLUCEMIA USUALMENTE REGRESAN RÁPIDAMENTE A LO NORMAL



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

- ENFOQUE CLINICO INDIVIDUAL
PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POST-PARTO DE LAS MUJERES CON DIABETES GESTACIONAL

- ENFOQUE COLECTIVO DESDE LOS DETERMINANTES SOCIALES DE LA SALUD
CAMBIOS EN EL MODO DE VIDA DE LA POBLACIÓN

DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

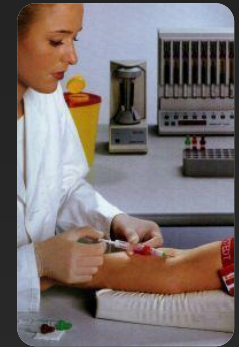
- PESQUISA DE DIABETES
- DETECCIÓN DE FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR
- EDUCACIÓN
- INCENTIVO Y FACILIDADES PARA LA LACTANCIA MATERNA
- PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y ANTICONCEPCIÓN APROPIADA
- MEDIDAS DE SALUD BUCAL
- CAMBIOS DE ESTILO DE VIDA
- INTERVENCIÓN FARMACOLÓGICA

Rivas AM en: "Gestational Diabetes". M. Radenkovic. InTech. Rijeka, Croatia, 2011: 363-382

CREACION DEL PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO EN LA UNIDAD DE DIABETES Y EMBARAZO DE LA CIUDAD HOSPITALARIA "DR. ENRIQUE TEJERA" /UNIVERSIDAD DE CARABOBO. VALENCIA, VENEZUELA. ENERO 1999



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO



PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

○ PESQUISA DE DIABETES Y PREDIABETES

GLUCEMIA EN AYUNAS EN EL POSTPARTO INMEDIATO

GLUCEMIA/PRUEBA DE TOLERANCIA ORAL A LA GLUCOSA-75 g : SEIS A DOCE SEMANAS POSTPARTO Y LUEGO ANUAL O TRIANUAL

○ DETECCION DE OTROS FACTORES DE RIESGO CARDIOVASCULAR

IMC



PERIMETRO DE CINTURA



PRESION ARTERIAL



SIGNOS CLINICOS DE RESISTENCIA INSULINICA



PERFIL LIPIDICO

OTROS

DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

EDUCACION

- ◉ EMBARAZO

PREMISA: LA DMG NO SIEMPRE ES TRANSITORIA

- ◉ POSTPARTO

- > SESIONES BASICAS

- > REFUERZO

- ◉ EL CONOCIMIENTO ES LIMITADO EN MUJERES CON DMG PERO MEJORA DESPUÉS DE UN PROGRAMA EDUCATIVO FORMAL CONDUCTIDO POR PERSONAL DE SALUD ESPECIALIZADO



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL

MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

- ◉ **INCENTIVO A LA LACTANCIA MATERNA**

EXCLUSIVA DURANTE LOS PRIMEROS SEIS MESES
HASTA LOS DOS AÑOS



- ◉ **PLANIFICACIÓN FAMILIAR Y ANTICONCEPCIÓN**

NO SE RECOMIENDAN:

ANTICONCEPTIVOS SOLO PROGESTINICOS
METODOS DE DEPOSITO PROGESTINICO DE LIBERACION PROLONGADA



- ◉ **EVALUACION ODONTOLOGICA**

PREVENCION Y TRATAMIENTO DE CARIES Y ENFERMEDAD PERIODONTAL



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL

MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

- **ESTILOS DE VIDA SALUDABLE**

OBJETIVO: ALCANZAR Y MANTENER UN PESO ADECUADO

- **NUTRICIÓN SALUDABLE**
- **ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR**
- **PREVENCIÓN Y CESACIÓN TABAQUICA**
- **BAJO O MODERADO CONSUMO DE ALCOHOL**
- **ADECUADO MANEJO DEL ESTRÉS**

Rivas AM en: "Gestational Diabetes". M. Radenkovic. InTech. Rijeka, Croatia, 2011: 363-382

- **INTERVENCIÓN FARMACOLÓGICA**

SOPESAR RIESGO/BENEFICIO

- **PROFUNDIZAR INVESTIGACIÓN**

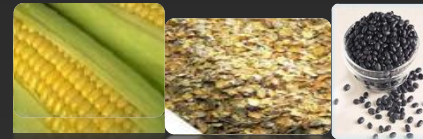
PREVENCIÓN DE LA DIABETES EN MUJERES CON ANTECEDENTES DE DIABETES GESTACIONAL

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO ESTILO DE VIDA SALUDABLE NUTRICIÓN SALUDABLE



PRIVILEGIAR EL CONSUMO DE ALIMENTOS FRESCOS
CON ALTO CONTENIDO EN FIBRA, MICRONUTRIENTES Y ANTIOXIDANTES
Y BAJO CONTENIDO DE AZÚCAR, GRASAS TRANS, COLESTEROL Y GRASAS SATURADAS

- CEREALES DE GRANO COMPLETO



- HORTALIZAS Y FRUTAS



- ALMENDRAS Y SEMILLAS



- LÁCTEOS BAJOS EN GRASA



- PESCADOS RICOS EN ÁCIDOS GRASOS OMEGA-3



- POLLO SIN LA PIEL



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

ACTIVIDAD FISICA REGULAR

- EVALUACION MEDICA PREVIA
- AUMENTO DE LA ACTIVIDAD FISICA COTIDIANA
- EJERCICIOS AEROBICOS CINCO O MAS VECES A LA SEMANA COMENZANDO POR 5-10 MIN EN SEDENTARIAS HASTA LLEGAR A 30-60 MIN DIARIOS
- COMPLEMENTAR CON EJERCICIOS ANAEROBICOS
- EJERCICIOS DE ESTIRAMIENTO 5-10 MINUTOS ANTES Y DESPUES



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL

MANEJO POST-PARTO

PROGRAMA DE SEGUIMIENTO POSTPARTO

ESTILO DE VIDA SALUDABLE

- PREVENCIÓN O CESACIÓN DEL TABACO
- MODERACIÓN EN EL CONSUMO DE ALCOHOL
1 copa de vino tinto/día
- MANEJO ADECUADO DEL ESTRÉS/
EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO DE DEPRESIÓN



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

CAMBIOS EN EL MODO DE VIDA DE LA POBLACION

- AUMENTAR LA PRODUCCION, DISTRIBUCION Y CONSUMO DE ALIMENTOS FRESCOS
- PROMOVER EL TRANSPORTE PUBLICO, CICLOVIAS, CAMINERIAS
- PROMOVER EL USO DE PARQUES Y CANCHAS
- PROMOVER Y PROTEGER LA LACTANCIA MATERNA
- PROMOVER AMBIENTES LIBRES DE HUMO DE TABACO
- REGULAR EL CONTENIDO DE GRASAS TRANS, GRASAS SATURADAS, AZUCAR Y SAL DE LOS ALIMENTOS PROCESADOS
- REGULAR LA PUBLICIDAD A TRAVES DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN DE DICHS ALIMENTOS

DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

CAMBIOS EN EL MODO DE VIDA DE LA POBLACION

- **AUMENTAR LA PRODUCCION, DISTRIBUCION Y CONSUMO DE ALIMENTOS FRESCOS**



- **REGULAR EL CONTENIDO DE GRASAS TRANS, GRASAS SATURADAS, AZUCAR Y SAL DE LOS ALIMENTOS PROCESADOS**
- **REGULAR LA PUBLICIDAD A TRAVES DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN DE DICHSO ALIMENTOS**



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

CAMBIOS EN EL MODO DE VIDA DE LA POBLACION

PROMOVER EL TRANSPORTE PUBLICO, CICLOVIAS, CAMINERIAS



PROMOVER EL USO DE CANCHAS Y PARQUES



DIABETES MELLITUS GESTACIONAL MANEJO POST-PARTO

CAMBIOS EN EL MODO DE VIDA DE LA POBLACION

PROMOVER Y PROTEGER LA
LACTANCIA MATERNA



An orange oval with a thin black border is centered on a dark gray background. The word "GRACIAS" is written in white, uppercase, sans-serif font inside the oval. The background is divided into four quadrants by two thin, light gray diagonal lines that intersect at the center.

GRACIAS