Diabetes gestacional

O que é

Diabetes gestacional é a alteração das taxas de açúcar no sangue que aparece ou é detectada pela primeira vez na gravidez. Pode persistir ou desaparecer depois do parto. Assim como nos outros casos de diabetes, a causa exata do diabetes gestacional é desconhecida. No entanto, de acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, pode ser uma etapa do diabetes tipo 2, pois em ambos o que ocorre não é a deficiência acentuada na produção de insulina, mas a resistência à ação dessa substância.

Durante a gestação, a placenta produz alguns hormônios em grande quantidade para garantir que o feto receba todos os nutrientes necessários para se desenvolver. No entanto, esses hormônios acabam criando uma resistência à ação da insulina no organismo da mãe. Nas mulheres com diabetes gestacional esta resistência é exagerada. O diabetes gestacional costuma aparecer por volta da vigésima quarta semana de gravidez, por isso o rastreamento para a doença ocorre nesse período.

Principais fatores de risco

Os fatores de risco da diabetes gestacional são parecidos com os do diabetes tipo 2 e incluem:

- Idade acima de 25 anos;
- Obesidade ou ganho de peso excessivo durante a gravidez atua;
- Gordura em excesso do tronco;
- História familiar de diabetes em parentes de 1° grau;
- Crescimento fetal excessivo, hipertensão ou pré-eclâmpsia na gravidez atual;
- Antecedentes obstétricos de morte fetal ou neonatal, de peso excessivo do bebê ou de diabetes gestacional.

Cuidados para gestante diabética

Depois que diagnosticada com diabetes gestacional, a mulher deve tomar diversos cuidados para garantir a sua saúde e a do bebê. O tratamento começa com planejamento alimentar, orientado por um nutricionista e prática de atividades físicas acompanhadas pelo médico. O objetivo é diminuir a taxa de macrossomia (peso elevado do bebê ao nascer), evitar que o bebê sofra queda de açúcar no sangue (hipoglicemia) ao nascer e diminuir a taxa de cesariana.

Riscos para mãe e para o bebê

Os maiores riscos para recém-nascido decorrentes do diabetes na gestação são macrossomia (peso elevado do bebê ao nascer), queda do açúcar ao nascer (hipoglicemia), distúrbios respiratórios e prematuridade. De acordo com a Sociedade Brasileira de Diabetes, no passado os bebês podiam apresentar outras complicações no nascimento, mas essas complicações estão menos freqüentes hoje em dia. Já para a mãe, além de aumento do risco de cesariana, o diabetes gestacional pode estar associado à toxemia gravídica, condição patológica da gravidez que provoca pressão alta, inchaço das pernas e que pode desencadear o trabalho de parto prematuramente.

Valores de glicemia

Para muitas mulheres uma dieta balanceada é suficiente para manter a glicemia dentro dos valores recomendados pelo médico. No entanto, quando há dificuldades para atingir resultados satisfatórios somente com a dieta o médico pode recorrer à terapia insulínica. O tratamento com insulina, geralmente, é indicado quando as taxas de glicose em jejum ficam acima de 105 mg/dl e as taxas de glicose medidas duas horas após as refeições acima de 130 mg/dl. O médico é quem definirá o momento de iniciar a terapia insulínica, dependendo de cada situação.

Índice glicêmico

No site da Sociedade Brasileira de Diabetes (www.diabetes.org.br) é possível encontrar os índices glicêmico dos principais alimentos. Consulte seu médico e informe-se!

Pré-eclâmpsia

O que é

É caracterizada pela elevação da pressão arterial, perda de proteínas pela urina e retenção de líquido. Costuma se manifestar após a vigésima semana de gestação. Nas mulheres com forma mais amena de pré-eclampsia, a pressão sanguínea começa a subir nas últimas semanas de gravidez. Ao contrário da hipertensão, a pré-eclampsia também afeta outros órgãos como os rins e a placenta.

Ao final da gravidez a pressão arterial volta ao normal. O risco maior de pré-eclampsia é o aparecimento de convulsão, ou seja, quando a doença evolui para eclampsia. Isso acontece quando a pressão arterial sobe muito e o fluxo de sangue que vai para o cérebro diminui. Essa é a principal causa de morte materna no Brasil.