

Diabetes gestacional

O diabetes gestacional (DMG) é um tipo de diabetes que ocorre durante a gravidez. Os hormônios da gravidez podem dificultar para seu corpo usar a sua insulina natural. Isso pode fazer com que o açúcar se acumule no seu sangue. Quando o açúcar no sangue permanece muito alto por muito tempo, pode causar problemas de saúde tanto para você quanto para o bebê.

O que devo fazer durante a gravidez se eu tiver diabetes gestacional?

Verifique o seu nível de açúcar no sangue

- Verifique o seu nível de açúcar no sangue quatro vezes por dia. Uma enfermeira vai ensinar você como.
- Você pode usar um medidor de glicose no sangue, ou um monitor contínuo de glicose (CGM).
- Você deve manter a maior parte dos seus níveis de açúcar no sangue dentro da faixa recomendada:
 - Antes de comer (após oito horas sem alimentos): Menos de 95
 - Uma hora após comer: Menos de 140
 - Duas horas após comer: Menos de 120
- Anote os seus resultados para revisar com o(a) seu(sua) profissional de saúde.
- **Consuma refeições e lanches equilibrados.** Encontre mais informações sobre a alimentação para diabetes gestacional no Bump & Beyond.
- **Exercite-se e mova seu corpo** Encontre mais dicas sobre exercícios durante a gravidez no Bump & Beyond.
- Vá a todas as suas consultas pré-natais
- Ultrassonografias e exames adicionais
- Depois de 26 semanas de gravidez, observe os chutes e os movimentos do seu bebê todos os dias



Para obter mais informações sobre gravidez, parto e consulta pós-parto, acesse o Bump & Beyond ao escanear o código QR ou vá para <https://www.bmc.org/pt-br/bump-beyond/during-pregnancy/medical-care/gestational-diabetes-care>

Busque estos otros artículos útiles en Bump & Beyond:

[Dieta para diabetes gestacional](#)

[Teste para diabetes gestacional](#)

[Exercício: Movimente-se durante a gravidez](#)

[Sentindo seu bebê se mexer: Como contar os chutes](#)

BOSTON
MEDICAL
CENTER



Bump & Beyond