

Taller sobre nutrición en diabetes gestacional busca acompañar a futuras mamás en el Schestakow

30/10/2025

Taller *Nutrición en Diabetes Gestacional*

**Destinado a embarazadas
con diabetes gestacional**

Disertantes:
Lic. Verónica Segura
Lic. María Celena Uranga

**Viernes 31 de octubre – 9.30 hs
Auditorio Central**

Emilio Civit 150

Organizan:
Servicio de Nutrición y Alimentación
Servicio de Endocrinología y Diabetes

**HOSPITAL
SCHESTAKOW**



El embarazo representa una de las etapas más sensibles en la vida de la mujer y exige un cuidado particular en lo que respecta a la alimentación y el control médico. En ese contexto, el Hospital Schestakow ofrecerá un taller sobre nutrición en diabetes gestacional hoy viernes a las 9.30 horas en el auditorio del Hospital Schestakow, un espacio destinado

a acompañar a futuras mamás que transitan esta condición o presentan factores de riesgo.

La licenciada en Nutrición Verónica Segura, una de las disertantes de la jornada, explicó que “el embarazo es un estado en la mujer que es sumamente importante porque tenemos que tener en cuenta de cubrir ciertos requerimientos que son importantes, como las calorías, las proteínas y otros nutrientes que se consideran críticos”. Añadió que cuando se presenta dentro del contexto de la diabetes “ya se produce un riesgo tanto para la mamá como para el bebé en lo que es el desarrollo del bebé y las posibles complicaciones para la madre”.

Segura detalló que la diabetes gestacional “generalmente sucede cuando la mamá ya está embarazada, no es que tenía diabetes antes”. Sobre este punto, aclaró que “puede haber algunas mamás que tienen diabetes antes de quedarse embarazadas, y eso es diabetes pregestacional. En el caso de la gestacional ocurre más o menos después de las 20 semanas de gestación, cuando se realiza la prueba de tolerancia oral a la glucosa”.

Respecto a lo que sucede después del parto, la especialista explicó que “muchas veces no quedan con diabetes y es importante hacer de vuelta los análisis y los estudios más o menos entre las 8 y 12 semanas después de que tuvo el parto la mamá o la cesárea”. Sin embargo, advirtió que, aun si los valores regresan a la normalidad, “es muy importante que después sigan con una dieta saludable y ejercicio físico, porque van a tener una predisposición a desarrollar diabetes en algún momento de su vida si no se cuidan”.

Segura destacó que el equipo de nutrición y endocrinología del hospital viene trabajando en este tema desde hace varios años. “Nosotros estamos trabajando con diabetes gestacional hace más o menos siete años de que yo estoy, que formo parte del equipo con los médicos, pero en realidad esto viene hace bastante tiempo más”, señaló.

En cuanto a los factores de riesgo, explicó que “en este último tiempo hemos tenido varios casos porque también hay

ciertos factores de riesgo, por ejemplo, haber tenido diabetes gestacional en algún embarazo anterior, haber tenido un aumento brusco del peso, la mala alimentación o la falta de ejercicio". A su vez, remarcó que "hay otros que no se pueden modificar como son, por ejemplo, antecedentes de diabetes en algún familiar de primer grado, sobre todo mamá, papá o abuelos. Más de 30 años ya tenés mayor riesgo a tener diabetes gestacional, entonces son muchos factores, algunos no se pueden modificar y otros sí los podemos modificar".

La profesional valoró los avances en los métodos de diagnóstico, ya que "esto de hacer el screening ha permitido llegar a mayor cantidad de diagnósticos y que los embarazos y los resultados en el bebé y en la mamá sean muchos mejores que años atrás que no se hacían estos diagnósticos".

En el taller, que dictará junto a la nutrióloga Selena Uranga, se abordarán estrategias prácticas para mejorar la alimentación durante el embarazo. "Vamos a facilitar herramientas para que esas mamás puedan comer de manera adecuada para fomentar el desarrollo del bebé y evitar las complicaciones", explicó Segura. Además, advirtió que "si no tienen un buen control glucémico o del azúcar en sangre, el bebé puede nacer más grande de lo normal o puede tener retraso de crecimiento o algunos problemas cardíacos".

La propuesta no se limita solo a quienes ya tienen un diagnóstico. "Si alguna mamá que ha aumentado mucho de peso durante el embarazo o que tenga factores de riesgo quiere acercarse, también puede hacerlo", señaló.

El encuentro será este viernes a las 9.30 horas en el auditorio del Hospital Schestakow, ubicado en Emilio Civit 150. La participación es libre y gratuita, y no requiere inscripción previa.