

Diabetes

Personas embarazadas, Puerto Rico, 2023



¿Sabías que...?

La diabetes gestacional ocurre cuando la persona desarrolla diabetes durante el embarazo. La diabetes gestacional desaparece luego de dar a luz, pero aumenta el riesgo a largo plazo de desarrollar diabetes tipo 2.



PARA EL 2023, LAS PERSONAS EMBARAZADAS:

1.3%

tuvo **DIABETES**
tipo 1 o tipo 2
tres meses antes del
embarazo.

7.2%

fue diagnosticada con
**DIABETES
GESTACIONAL**
por un proveedor.

22.7%

recibió una
prueba
en su chequeo posparto
para ver si tenía diabetes.

RECOMENDACIONES PARA PERSONAS EMBARAZADAS

1



Hágase una **prueba**
de diabetes
gestacional

2



Realice **actividad
física** por al menos 150
minutos a la semana

3



Realice un **plan de
nutrición** para
comer saludable

4



Camine 10 a 15
minutos después
de cada comida

5



Utilice un **medidor de
glucosa** en sangre para
monitorear sus niveles

Fuente de Datos: Pregnancy Risk Assessment Monitoring System - Puerto Rico, 2023.

Referencia: American College of Obstetricians and Gynecologists & Centers for Disease Control and Prevention



DEPARTAMENTO DE
SALUD
GOBIERNO DE PUERTO RICO