

¿Cuáles son los factores de riesgo en la diabetes gestacional? What are the risk factors for gestational diabetes?

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17459742>**Brian Johan Bustos-Viviescas**

Centro de Comercio y Servicios, SENA
Regional Risaralda. Pereira, Colombia
<https://orcid.org/0000-0002-4720-9018>

Carlos Enrique García Yerena

Universidad del Magdalena.
Santa Marta, Colombia
<https://orcid.org/0000-0002-9973-552X>
Autor para correspondencia:
cgarciaey@unimagdalena.edu.co

Carlos Alberto Romero Cuestas

Universidad de Cundinamarca.
Fusagasugá, Colombia.
<https://orcid.org/0000-0002-6287-8711>

Recibido: 06 de diciembre 2024

Aceptado: 20 de abril 2025

Publicado 15 de julio 2025



ESTIMADO EDITOR:

Se ha evidenciado que la diabetes mellitus gestacional (DMG) se ha convertido en un problema de salud pública que impacta al mundo, debido a las repercusiones que genera en la salud de la madre e hijo. ⁽¹⁾ Por lo expuesto, un análisis a los procesos de intervención para un diagnóstico oportuno en la prevención de la diabetes gestacional, demanda ajustes en las estrategias que se planteen de acuerdo con el contexto donde la madre desarrolla su cotidianidad. De esta forma, los gobiernos pueden reducir el costo a largo plazo asociado con la sostenibilidad sanitaria necesaria para la atención de las problemáticas de la salud en los gestantes, lo que estaría impactando en la economía de las naciones, a menos que apliquen

acciones preventivas coherentes, integrales y sistemáticas. ⁽²⁾

Para lograrlo, es necesario el diseño de protocolos validados científicamente, que permitan identificar factores de riesgo para una detección temprana de la DMG, siendo esta una acción fundamental que permite la toma de medidas tempranas que anticipen la aparición de DMG, además, se requiere acciones continuas en el territorio que den prioridad a la identificación de riesgos sobre la detención tardía de la enfermedad, evitando así consecuencias no deseadas. ⁽³⁾

A partir de esto la literatura científica ha identificado aportes importantes con respecto a los factores de riesgo y diabetes gestacional, por ejemplo, el sobrepeso por hábitos de vida poco saludables, una tendencia a una vida sedentaria en las etapas de vida anteriores al embarazo, la tendencia a iniciar la maternidad a edades avanzadas, e incluso antecedentes médicos heredados como la diabetes, son factores predictores de la diabetes gestacional. ⁽⁴⁾

De igual manera, variados estudios han mostrado que, las mujeres antes de la gestación mantenían niveles óptimos de los cinco factores modificables (índice de masa corporal, calidad de la dieta, actividad física, consumo de alcohol y tabaquismo) y, presentaban menos del 10% de posibilidades en el desarrollo de una diabetes tipo 2 en comparación con aquellas mujeres que no controlaban estos factores, lo que sugiere que, la falta de control en alguno de los factores puede llegar a aumentar los riesgos de la obtención de diabetes tipo 2, incluso en mujeres con sobrepeso u obesidad, o en aquellas mujeres que presentan predisposición genética a padecer la enfermedad. ⁽⁵⁾

Además, es importante el contexto en el donde vive la madre gestante, ya que se ha demostrado que residir en un entorno con alta influencia de servicios alimenticios de comidas rápidas se asocia con mayor incidencia de diabetes gestacional, contrario a ello, un entorno que promueve actividad física mediante programas de promoción comunitaria, gimnasios y la disponibilidad de supermercados con ofrecen frutas, hortalizas y vegetales, está relacionado con indicadores bajos de diabetes gestacional. ⁽⁶⁾

Así mismo, como se analizó previamente, es conveniente proyectar un embarazo saludable con



menores posibilidades de riesgo en su desarrollo, para ello, es recomendable que este evento ocurra antes de los 35 años, y que este acompañada por un seguimiento médico y profesional especializado en actividad física y deporte, con el objetivo de lograr obtener un control apropiado del peso mediante una gestión nutricional y de ejercicio físico que regule este factor, cada una de estas acciones coadyuvan a reducir el riesgo de desarrollar diabetes gestacional y así contribuyen en las medidas de preventivas de salud pública, generando impacto positivo en la disminución de los indicadores de diabetes gestacional.⁽⁷⁾

Por último, este escrito invita a los profesionales responsables de la atención prenatal a intensificar toda su atención al evaluar los factores del entorno de las madres gestantes, y así tener un seguimiento continuo en aquellas mujeres que durante su embarazo presentan sobrepeso, obesidad o edad avanzada, debido a que ellas requieren especial atención que las sensibilice sobre la importancia del auto control y la toma decidida de hábitos de vida saludable.⁽⁸⁾

El proceso de identificación y gestión de todos los factores de riesgos que genera la diabetes gestacional es esencial en la reducción de las complicaciones que esta enfermedad representa tanto para la madre como para el infante. Por lo tanto, un enfoque preventivo que tenga en cuenta los antecedentes de salud, estilos de vida y el contexto de la gestante, favorece el embarazo saludable y reduce los costos sanitarios. De esta manera, es fundamental que todos los profesionales de salud apliquen una visión integral que promuevan actividades y estrategias que den prioridad a la detección temprana e intervención preventiva que contribuya en espacios y medios favorables a un estilo de vida saludable para las madres y familias.

REFERENCIAS

1. Boadu WIO, Kubena P, Senu E, Opoku S, Anto EO. Prevalence and Risk Factors Associated with Gestational Diabetes Mellitus Among Pregnant Women: A Cross-Sectional Study in Ghana. *Front Clin Diabetes Healthc.* 2022; 3:854332. doi:10.3389/fcdhc.2022.854332
2. Mazumder T, Akter E, Rahman SM, Islam MT, Talukder MR. Prevalence and Risk Factors of Gestational Diabetes Mellitus in Bangladesh: Findings from Demographic Health Survey 2017-2018. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(5):2583. doi:10.3390/ijerph19052583
3. Preda A, Stefan AG, Vladu IM, Fortofoiu M-C, Clenciu D, Fortofoiu M, et al. Analysis of risk factors for the development of gestational diabetes mellitus in a group of Romanian patients. *J Diabetes Res.* 2022; 2022:1–6. Doi: <http://dx.doi.org/10.1155/2022/2367213>
4. Amiri FN, Faramarzi M, Bakhtiari A, Omidvar S. Risk factors for gestational diabetes mellitus: A case-control study. *Am J Lifestyle Med.* 2021;15(2):184–90. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/1559827618791980>
5. Yang J, Qian F, Chavarro JE, Ley SH, Tobias DK, Yeung E, et al. Modifiable risk factors and long term risk of type 2 diabetes among individuals with a history of gestational diabetes mellitus: prospective cohort study. *BMJ.* 2022; e070312. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bmj-2022-070312>
6. Shepler M, Klomp maker JO, Leung M, Petimar J, Drouin-Chartier J-P, Modest AM, et al. Association between density of food retailers and fitness centers and gestational diabetes mellitus in Eastern Massachusetts, USA: population-based study. *Lancet Reg Health Am.* 2024;35(100775):100775. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.lana.2024.100775>
7. Li G, Wei T, Ni W, et al. Incidence and Risk Factors of Gestational Diabetes Mellitus: A Prospective Cohort Study in Qingdao, China. *Front Endocrinol (Lausanne).* 2020; 11:636. doi:10.3389/fendo.2020.00636
8. Alduayji MM, Selim M. Risk Factors of Gestational Diabetes Mellitus Among Women Attending an Antenatal Care Clinic in Prince Sultan Military Medical City (PSMMC), Riyadh, Kingdom of Saudi Arabia: A Case-Control Study. *Cureus.* 2023;15(8): e44200. doi:10.7759/cureus.44200

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.

Financiación

Este trabajo no recibió ningún tipo de financiación.