

## OS ESTILOS DE VIDA DOS JOVENS ADULTOS COM DIABETES TIPO 1

Serrabulho L\*, Matos MG\*\*, Nabais JM\*\*\*, Raposo JF\*  
Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal\*, Universidade de Lisboa\*\*,  
Universidade de Évora\*\*\*

### Introdução

A adesão contínua ao tratamento da diabetes e a instabilidade a nível social, ocupacional, familiar e emocional nesta fase da vida, podem afetar a qualidade de vida dos jovens adultos com diabetes tipo 1 (DM1).

### Objetivos

Conhecer os estilos de vida, comportamentos de saúde, satisfação com a vida, apoio social, adesão ao tratamento, representações sobre a diabetes e adaptação psicológica dos jovens adultos com DM1.

### Material e Métodos

Estudo quantitativo. Questionários aplicados a 278 jovens adultos com diabetes tipo 1 (18 - 35 anos), média de idades  $27 \pm 5$  anos, duração da diabetes  $14 \pm 7,7$  anos. Análise estatística descritiva e correlacional.

### Resultados

A maioria dos jovens apresenta boas competências pessoais e sociais, considera ter bom suporte social (família, colegas, amigos, equipa de saúde) e refere os benefícios das atividades em grupo com outros jovens com diabetes.

Média de satisfação com a vida  $6,6 \pm 1,7$  (escala 0 -10).

Os jovens evidenciam bom fracionamento alimentar (83%), um terço pratica a atividade física recomendada. A adesão à insulino terapia (77% administram  $\geq 4$  vezes dia, 6% utilizam “bomba” de insulina) e à vigilância glicémica (74% pesquisam  $\geq 3$  vezes dia) é satisfatória.

A média de HbA1c é  $8,7 \pm 1,6\%$ . Quanto mais elevada a HbA1c: menor adesão global ao tratamento da diabetes ( $r=-0,153^*$ ), menor perceção de saúde ( $r=0,377^{***}$ ) menor satisfação com a vida ( $r=-0,185^{**}$ ), menor adaptação psicológica à diabetes ( $r=-0,167^*$ ). 25% dos jovens apresentam complicações da diabetes

A maioria dos jovens manifestou concordar com as representações positivas sobre a diabetes e demonstrou boa adaptação psicológica. As melhores representações sobre a diabetes estão positivamente relacionadas com a adesão à alimentação ( $r=0,190^{**}$ ) e à insulino terapia ( $r=0,247^{***}$ ). A melhor adaptação psicológica à diabetes está positivamente relacionada com a adesão à alimentação ( $r=0,181^{**}$ ), à vigilância glicémica ( $r=0,179^{**}$ ) e à insulino terapia ( $r=0,241^{***}$ ).

### Conclusão

A maioria dos jovens apresentou estilos de vida satisfatórios, boas competências pessoais e sociais, apoio social e satisfação com a vida, concordou com as representações positivas sobre a diabetes e apresentou boa adaptação psicológica.

Apresentaram razoável adesão ao tratamento, controlo metabólico menos satisfatório e um quarto referiu complicações da diabetes.

Os jovens com melhores representações e melhor adaptação psicológica apresentam melhor adesão ao tratamento e melhor controlo metabólico.