



INTERVENCIÓ SOCIOECOLÒGICA PER REDUIR L'ABANDONAMENT DE L'ACTIVITAT FÍSICA EN DIABÈTICS TIPUS 2 DES DE L'ATENCIÓ PRIMÀRIA: ESTUDI MIXT AMB ASSAIG CLÍNIC ALEATORITZAT

Guillem Jabardo-Camprubí¹, Rafel Donat-Roca², Mercè Sitjà-Rabert³, Ricard Castro-Prat⁴, Eva Cirera-Viñolas¹, Marta Solà-Serrabou¹

¹Grup de Recerca d'Esport i Activitat Física (GREAF), Centre d'Estudis Sanitaris i Socials, Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya, Sagrada Família 7, Vic, Espanya. ²Facultat de Ciències de la Salut UManresa. Sport Exercise and Human Movement (SEaMH).

Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya. Av. Universitària 4-6, Manresa, Espanya. ³Facultat de Ciència de la Salut Blanquerna, Global Research on Wellbeing (GRoW) Research Group, Universitat Ramon Llull, Padilla 326-332, Barcelona, Espanya. ⁴Methodology, Methods, Models and Health and Social Outcomes Research Group (M₃O), Universitat de Vic-Universitat Central de Catalunya, Sagrada Família 7, Vic, Espanya.

Autor de correspondència: guillem.jabardo@uvic.cat
Convocatòria: 2021

RESUM

Introducció: L'activitat física (AF) és un comportament clau per a les persones que conviuen amb diabetis tipus 2 (DT2). Les recomanacions dels professionals de la salut se solen centrar en caminar, però els resultats només són apreciables a curt termini i no s'aconsegueix reduir l'abandonament de l'AF a llarg termini. Utilitzant un model socioecològic (processos socials bàsics) basat en una intervenció complexa, tenint en compte les diferents dimensions que afecten el comportament en relació a l'AF, es pot reduir l'abandonament d'aquesta població i millorar-ne l'adherència. L'objectiu d'aquest estudi es divideix en dos. Primer, en avaluar l'efectivitat d'una intervenció d'AF des de l'atenció primària a través de la marxa nòrdica juntament amb un model socioecològic, en persones que conviuen amb DT2 a Catalunya. En segon lloc, explorar la viabilitat i aplicabilitat d'aquesta intervenció des d'una perspectiva qualitativa tenint en compte tant els usuaris com els professionals de la salut.

Metodologia: S'ha dissenyat un assaig clínic aleatoritzat per valorar l'efectivitat de la intervenció (marxa nòrdica des d'una perspectiva socioecològica), respecte a un comparador actiu (marxa nòrdica) i a un grup control (assessorament habitual dels serveis de salut i professionals de la salut). Els dos grups actius realitzaran dues sessions a la setmana durant dotze setmanes. S'hi inclouran aquelles persones que conviuen amb DT2 i són inactives físicament, majors de 40 anys, sense contraindicacions mèdiques per iniciar AF. S'enregistraran els nivells d'AF, abandonament, qualitat de vida i els valors metabòlics i de salut abans, després de la interven-

ció i als 9 i 21 mesos després de la intervenció. L'efecte de les diferents intervencions s'avaluarà mitjançant una anàlisi de dos factors de variància: grup de tractament *versus* temps. A més, es realitzarà una prova ANOVA de dos factors amb models mixtos lineals per a mesures repetides. Finalment, una anàlisi qualitativa mitjançant grups focals explorarà les raons de la (in)efectivitat de les intervencions d'AF. Els resultats qualitius s'avaluaran en la postintervenció mitjançant l'anàlisi temàtica.

Discussió: En comparació amb els consells generals sobre AF i les prescripcions de marxa nòrdica, integrar un enfocament socioecològic a les visites d'atenció primària podria ser una manera efectiva de reduir la ràtio d'abandonament de l'AF i augmentar els nivells d'AF en pacients amb T2DM. Aquestes intervencions són necessàries per entendre el paper que juguen els processos socials complexos en el comportament quotidià que presenten aquests usuaris en relació a l'AF.

Finançament: Aquest treball ha comptat amb un ajut a la recerca del Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya (subvenció número R05/21).

Registre: NCT05159089. Physical Activity Drop-out Ratio in Patients' Living with Type 2 Diabetes. Prospective registered on 15 December 2021.

Publicació: Aquest protocol d'estudi s'ha publicat en Open Access a la revista *Trials* el 3 d'octubre de 2022. DOI: <https://doi.org/10.1186/s13063-022-06742-7>

PARAULES CLAU: Physical activity, health behaviour, type 2 diabetes, change of behaviour, socio-ecological model; Nordic Walking.