



# Avances en Diabetología



## P-025. - La ansiedad en la diabetes gestacional como posible predictor en el mantenimiento de hábitos adquiridos después del parto

L. Rodríguez Olalla<sup>a</sup>, A. Contreras Rodríguez<sup>a</sup>, M.J. Campos Pinel<sup>a</sup>, J.A. Muela Martínez<sup>b</sup>, J. Ortega Ortega<sup>a</sup>, C. Arenas Bermúdez<sup>a</sup> e I. Ramírez García<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Hospital Universitario Ciudad de Jaén. Jaén. <sup>b</sup>Universidad de Jaén. Jaén.

### Resumen

**Objetivos:** Conocer el nivel de ansiedad al diagnóstico de la diabetes. Identificar si el mantenimiento de hábitos adquiridos después del parto está relacionado con la ansiedad al inicio del diagnóstico de diabetes gestacional.

**Material y métodos:** Participan 76 pacientes que asistieron a un programa de educación diabetológica en 2013, de 5 sesiones de 1 hora de duración. Adquirían conocimientos, habilidades y actitudes para controlar su diabetes durante el embarazo así como en la prevención del cuadro diabético después del parto mediante un plan de alimentación equilibrado, ejercicio y control de peso. En la primera sesión se le administró la Escala de Ansiedad en Gestantes de Alto Riesgo, o EDAEGAR. Se citaron a los 2 meses del parto para la reclasificación de su cuadro diabético. Mediante una entrevista, se evaluaron variables: edad, antecedentes, nivel de estudios, actividad laboral, IMC, aumento peso gestación y postparto, necesidad de insulina, diagnóstico postparto de diabetes, lactancia y mantenimiento de hábitos sanos (control de dieta, ejercicio y peso). Los datos se analizaron mediante el paquete estadístico SPSS20.0.

**Resultados:** Se realizaron análisis de varianza unifactoriales (nivel de ansiedad evaluado con el EDAEGAR) para cada una de las variables de agrupamiento del estudio. Tan solo se encuentran diferencias estadísticamente significativas en el nivel de ansiedad entre las mujeres que siguen realizando ejercicio después del parto y las que no lo hacen ( $t(65) = -2,234$ ;  $p = 0,029$ ). En el sentido que las primeras ( $M = 13,88$ ;  $dt = 4,77$ ) presentan menos ansiedad que las segundas ( $M = 17,67$ ;  $dt = 4,44$ ).

**Conclusiones:** El nivel de ansiedad no se relaciona con ninguna de las variables estudiadas (edad, IMC, nivel de estudios, necesidad de insulina...), excepto con el mantenimiento de hábitos sanos en relación al ejercicio. Siendo el ejercicio un pilar fundamental en la prevención de la diabetes, y en vista de los resultados obtenidos, aquellas pacientes que obtengan una puntuación alta en ansiedad al diagnóstico de su diabetes sería necesario reforzar la importancia de éste tras el parto, por medio de entrevista individualizada buscando estrategias y facilitadores para conseguir su realización. Como línea de investigación futura, propondríamos estudiar si una puntuación alta en ansiedad, sería predictivo de que la paciente acudiera a la reclasificación de su diabetes después del parto.