



## 148 - ADHERENCIA A LA ACTIVIDAD FÍSICA EN UNA COHORTE DE PERSONAS CON DIABETES MELLITUS TIPO 1

M. Gallach Martínez<sup>1</sup>, C. Sánchez Cuenca<sup>2</sup>, M. Jara Vidal<sup>1</sup>, N.P. Roig Marín<sup>1</sup>, C. Delicado Hernández<sup>1</sup>, P. Mangas Mellado<sup>1</sup>, A. Ruiz de Assín Valverde<sup>3</sup>, M.C. López García<sup>4</sup>, P. Atienzar Atienzar<sup>1</sup> y P.J. Pinés Corrales<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Complejo Hospitalario Universitario de Albacete. <sup>2</sup>Facultad de Medicina, Universidad de Castilla-La Mancha. <sup>3</sup>Hospital General de Villarrobledo. <sup>4</sup>Hospital General de Almansa.

### Resumen

**Introducción:** La recomendación de realizar actividad física forma parte de los cambios de conducta y el bienestar para mejorar la salud de las personas con DM1. Se recomienda que estas realicen actividad física y ejercicios de resistencia por sus múltiples beneficios.

**Objetivos:** Conocer el grado de adherencia a las recomendaciones de actividad física en adultos con DM1 a través del cuestionario internacional de actividad física (IPAQ-SF) en su formato corto y autoadministrado y analizar si el uso de sistemas integrados de asa cerrada puede afectar en la realización de la actividad física.

**Métodos:** Estudio clínico descriptivo, transversal y observacional unicéntrico que incluye una cohorte de 46 personas con DM1 atendidas en las consultas de Endocrinología y Nutrición de Albacete desde el 1/9/2024 hasta el 31/12/2024.

**Resultados:** Participaron 46 pacientes con una edad media de  $37,91 \pm 14,85$  años y tiempo de evolución de diabetes de  $23,43 \pm 13,20$  años. 31 mujeres (67,4%), 16 pacientes (34,78%) en tratamiento con sistema integrado de asa cerrada híbrida. El valor medio de  $HbA_{1c}$  fue de  $7,02 \pm 0,96\%$ . Dos pacientes (4,35%) referían haber presentado algún episodio de hipoglucemia grave en el último año y un 31,58% presentaban hipoglucemias inadvertidas. Cuatro pacientes (8,70%) no contestaron adecuadamente al cuestionario. Entre los 42 restantes: 19 pacientes (45,24%) mantenían una actividad física alta; 20 pacientes (47,62%) moderada y 3 (7,14%) baja. De este modo, el 92,86% [IC95%: 80,52-98,50%] mantenían una actividad física moderada o alta. No se objetivaron diferencias estadísticamente significativas respecto al uso de sistemas integrados de asa cerrada entre los pacientes que mantenían un nivel de actividad física alta frente a aquellos con actividad moderada y baja.

**Conclusiones:** Las personas con DM1 referían un nivel de actividad física autoevaluado adecuado con relación a las recomendaciones y los estudios previos y el uso de los sistemas de asa cerrada híbrida no parece afectar a los resultados.