

# HABILITATS PER LA VIDA, SENTIT DE COHERÈNCIA I ESTILS DE VIDA EN LES PERSONES AMB PREDIABETIS DE L'ABS DE PERALADA

J. Noguera(1), C. Camps(1), J. Hinojosa(1), S. Rubio(1), I. Vivas(1), R. Tarrés(1)  
1. Albera Salut, [jnoguera@alberasalut.cat](mailto:jnoguera@alberasalut.cat)

## Introducció

La Salutogènesi, en el marc de la promoció de la salut, descriu la necessitat d'identificar els recursos interns i externs que generen salut i que permeten escollir conductes promotores de salut, essent un d'aquests recursos les habilitats per la vida. El coneixement d'aquests recursos en les persones, juntament amb la identificació dels eixos de desigualtat, injustos i evitables permetran dissenyar intervencions comunitàries que aconseguixin apoderar a la població per a la millora de la seva salut.

## Objectiu

Descriure les característiques de les persones amb prediabetis de l'ABS de Peralada tenint en compte les seves habilitats per la vida (HpV), el seu sentit de coherència (SOC), els eixos de desigualtat i el compliment dels estils de vida saludables.

## Metodologia

**Estudi:** Observacional transversal

**Població diana:** Persones amb prediabetis de l'ABS de Peralada

**Variables:**

- Qüestionari sociodemogràfic i estils de vida adhoc
- Qüestionari SOC-13 validat per Virulés-Ortega J. 2007
- Qüestionari HpV adaptat de Díaz Posada L.E. 2013

## Resultats

|  | Sentit de Coherència (SOC) | P      |
|--|----------------------------|--------|
| <b>Sexe</b>                                    |                            |        |
| Home (n=32)                                    | 71,31 (6,39)               | ≤0,001 |
| Dona (n=23)                                    | 61,26 (10,86)              |        |
| <b>Situació laboral</b>                        |                            |        |
| Jubilat, atur, incapacitat o invalidesa (n=30) | 67,97 (9,95)               | 0,02   |
| Treballador manual (n=9)                       | 59,11 (9,17)               |        |
| Treballador intermig o directe (n=16)          | 70,00 (7,92)               |        |
| <b>Activitat física</b>                        |                            |        |
| Suficient (n=32)                               | 71,06 (6,97)               | ≤0,001 |
| Insuficient (n=23)                             | 61,61 (10,68)              |        |
| <b>Malalties mentals</b>                       |                            |        |
| Cap malaltia (n=38)                            | 69,21 (9,22)               | 0,043  |
| Una malaltia (n=14)                            | 63,21 (9,85)               |        |
| Dues o més malalties (n=3)                     | 58,67 (10,26)              |        |

\* Mitjanes i entre parèntesis desviació típica


|                         | Habilitats per la Vida (HpV) | P     |
|-------------------------|------------------------------|-------|
| <b>Com viu</b>          |                              |       |
| Acompanyat (n=48)       | 157,65 (17,24)               | 0,008 |
| Sol (n=9)               | 139,89 (20,40)               |       |
| <b>Activitat Física</b> |                              |       |
| Insuficient (n=32)      | 146,65 (20,6)                | 0,006 |
| Suficient (n=23)        | 160,56 (15,19)               |       |


\* Mitjanes i entre parèntesis desviació típica

| Estils de Vida          | Total     | Homes n=32 (%) | Dones n=23 (%) | P     |
|-------------------------|-----------|----------------|----------------|-------|
| <b>Consum d'alcohol</b> |           |                |                |       |
| Abstemi                 | 17 (30,9) | 5 (15,6)       | 12 (52,2)      | 0,011 |
| Esporàdic               | 20 (36,4) | 13 (40,6)      | 7 (30,4)       |       |
| Diari                   | 18 (32,7) | 14 (43,8)      | 4 (17,4)       |       |
| <b>Dieta</b>            |           |                |                |       |
| Adequada                | 23 (41,8) | 9 (28,1)       | 14 (60,9)      | 0,015 |
| Inadequada              | 32 (58,2) | 23 (71,9)      | 9 (39,1)       |       |
| <b>Activitat Física</b> |           |                |                |       |
| Suficient               | 32 (58,2) | 23 (71,9)      | 9 (39,1)       | 0,015 |
| Insuficient             | 23 (41,8) | 9 (28,1)       | 14 (60,9)      |       |
| <b>Tabaquisme</b>       |           |                |                |       |
| Fumador                 | 9 (16,4)  | 6 (18,8)       | 3 (13)         | NS    |
| No fumador              | 46 (83,6) | 26 (81,3)      | 20 (87)        |       |

\* Freqüències absolutes i entre parèntesis percentatge

## Conclusions

 Major % dieta adequada  
Major nº malalties mentals

 Major % activitat física suficient  
Major consum d'alcohol

SOC significativament més alt

- Homes
- Persones més grans
- Persones amb treballs intermitjos o directius
- Persones que realitzen activitat física suficient
- Persones sense malalties mentals

HpV significativament més altes

Persones que realitzen activitat física  
Persones que viuen acompanyades