

“Na Alegria e na Tristeza, na Saúde e... na Diabetes”

“*In Joy and in Sadness, in Health and... in Diabetes*”

M.J. Ferreira Rodrigues , A. Anjo , T. Oliveira , C. Novais , A. Cardoso

Unidade Local de Saúde do Nordeste, Bragança, Portugal.

Resumo

Apresentamos um breve trabalho de revisão para onde partimos com o objetivo de perceber de que forma é que o casamento poderia influenciar o controlo metabólico de utentes com diabetes *mellitus* tipo 2. Apesar de serem relativamente poucos os trabalhos publicados com este tema, os resultados indicam que o casamento e a satisfação conjugal parecem estar efetivamente relacionados com um melhor controlo metabólico, em provável relação com a adoção de hábitos de vida mais saudáveis ser facilitada por uma boa rede de apoio familiar. Adicionalmente, a nossa reflexão permite destacar o papel do médico de família como principal agente na gestão da diabetes *mellitus* tipo 2 e também como agente privilegiado para reconhecer a solidão e o isolamento como peyorativos no controlo metabólico, fatores nos quais os Cuidados de Saúde Primários podem investir para melhorar outcomes em saúde.

Palavras-chave: diabetes tipo 2; estado civil; controlo metabólico

Abstract

We present a brief review of the work we undertook in order to understand how marriage could influence the metabolic control of patients with type 2 diabetes *mellitus*. Although relatively few studies have been published on this topic, the results indicate that marriage and marital satisfaction seem to be effectively related to better metabolic control, probably because the adoption of healthier lifestyle habits is facilitated by a good family support network. In addition, our reflection highlights the role of the family doctor as the main agent in the management of type 2 diabetes *mellitus* and also as a privileged agent for recognizing loneliness and isolation as peyoratives in metabolic control factors in which Primary Health Care can invest to improve health outcomes.

Keywords: type 2 diabetes; marital status; metabolic control

> INTRODUÇÃO

O Médico de Família (MF) detém um olhar singular para a Saúde Familiar, e é o seu principal agente, a par com os enfermeiros de família.

As equipas de saúde familiar ao nível dos Cuidados de Saúde Primários ocupam um lugar único no sistema de saúde, atuando como primeiro ponto de contato e de acompanhamento dos utentes. Este lugar vai muito além de uma simples consulta médica em consultório. Muitas vezes, e ao longo dos anos, estabelece-se um

verdadeiro vínculo de confiança e proximidade que permite um cuidado mais personalizado e integral.

Desta sua posição privilegiada, o MF detém muitas vezes um profundo conhecimento sobre o contexto familiar dos seus utentes, as suas dinâmicas, hábitos de vida e outros fatores sociais que podem influenciar a saúde e o bem-estar de cada indivíduo. É esse conhecimento que permite ter uma abordagem holística, que tanto caracteriza os Cuidados de Saúde Primários.

São, certamente, comuns a todas as listas de utentes de um MF, os casais diabéticos e hipertensos que diariamente vêm à consulta programada de vigilância nas unidades de saúde. Foi com base num desses casais que surgiu a ideia de desenvolver este trabalho de revisão e sobre de que forma é que o casamento e o estado civil podem influenciar o controlo metabólico em utentes com diabetes *mellitus* tipo 2 (DM tipo 2).

CORRESPONDÊNCIA/CORRESPONDENCE

Mariana Rodrigues
USF Entre Serras
Rua Eng. Adelino Amaro da Costa
5300-146 Bragança
E-mail: marianafrodrigues18@gmail.com

> OBJETIVO

Com o objetivo de perceber de que forma é que o estado civil e o casamento podem influenciar o controlo metabólico em utentes com diagnóstico de DM tipo 2, realizámos uma breve pesquisa utilizando como principal motor de pesquisa a *Pubmed*.

> MATERIAL E MÉTODOS

Começamos por definir as palavras-chave orientadoras da pesquisa, definidas com base nos termos MeSH (*Medical Subject Headings*): *type 2 diabetes, marital status e metabolic control*. A pesquisa bibliográfica foi realizada nos meses de setembro e outubro de 2024. Da pesquisa resultaram cinco artigos que foram analisados sumariamente através dos *abstracts*. Após a leitura inicial foi excluído apenas um artigo, uma meta-análise que versava sobre a influência do casamento em doenças crónicas mas que não contemplava a diabetes *mellitus*. Os restantes quatro artigos foram lidos na íntegra e incluídos neste trabalho de revisão, cujas principais conclusões apresentamos de seguida.

Em 2014 Cornelis ⁽¹⁾ e a sua equipa publicaram os resultados do seu estudo de coorte prospetivo através do qual procuraram investigar se homens não casados (solteiros, divorciados ou viúvos) teriam um risco aumentado de desenvolver DM tipo 2. O estudo incluiu cerca de 51 529 homens entre os 40 e os 75 anos que responderam a um questionário sobre dieta e estilos de vida e contou com um *follow-up* de 22 anos. Os resultados permitiram concluir que homens não casados registaram uma maior incidência de DM tipo 2. Os investigadores apontaram o casamento como importante fonte de recursos para redução de *stress* e promoção de hábitos mais saudáveis, com ganhos em saúde e qualidade de vida para os indivíduos.

Song ⁽²⁾ e a sua equipa de investigadores, por sua vez, procuraram investigar a possível relação entre solidão e isolamento social e o risco de desenvolver DM tipo 2. No seu artigo de revisão, que teve por base dois grandes artigos publicados anteriormente, os investigadores procuraram desvendar uma possível associação entre o isolamento social e o risco de DM tipo 2. Foram avaliados os contactos e atividades sociais bem como o estado civil dos indivíduos norte-americanos e chineses incluídos em ambos os estudos. Após 13 anos de *follow-up* foi possível concluir que o isolamento social e a solidão se associaram a um risco aumentado de desenvolver DM tipo 2. Por outro lado, contatos mais frequentes com familiares

e amigos, participação em atividades desportivas, pertença a grupos religiosos ou outras associações de cariz social, foram apresentados como fatores que, combatendo a solidão, se associaram a uma redução do risco de DM tipo 2. Assim, os trabalhos de Song permitiram relacionar a importância de medidas de combate ao isolamento social como uma possível e poderosa ferramenta a explorar na prevenção da DM tipo 2.

Os trabalhos de Dadgari ⁽³⁾ debruçaram-se sobre a relação entre a satisfação conjugal e o controlo da DM tipo 2. Para isso, realizaram um estudo descritivo onde incluíram 160 participantes com diagnóstico de diabetes *mellitus*, seguidos numa Clínica de Diabetologia iraniana. O levantamento de dados ocorreu através da aplicação de questionários sobre a satisfação dos utentes perante os seus relacionamentos conjugais. Os resultados mostraram que existiu uma relação significativa entre a satisfação com o matrimónio e um melhor controlo metabólico, sobretudo nas utentes do sexo feminino. A equipa publicou os seus trabalhos em 2014.

Por fim gostaríamos igualmente de refletir sobre a publicação de Tan ⁽⁴⁾ na *BMJ Open* em 2022. No seu estudo cohort retrospectivo a equipa propôs-se a avaliar em que medida o apoio familiar impactou a perda de peso no pós-operatório de uma cirurgia bariátrica e a remissão da DM tipo 2 nestes doentes. Para isso, aplicaram questionários a 359 utentes antes de serem submetidos a cirurgia bariátrica e mantiveram um *follow-up* de 10 anos. A investigação permitiu concluir que a satisfação com a relação conjugal acabou por se revelar como preditora significativa na perda de peso após a intervenção. Doentes mais satisfeitos, realizados e felizes com os seus relacionamentos afetivos perderam peso de forma mais consistente. Este trabalho também permite realçar a importância de avaliar os utentes sobre a qualidade e satisfação das suas relações familiares uma vez que as mesmas têm impacto na concretização dos seus objetivos para otimizar os ganhos em saúde.

> CONCLUSÃO

As equipas de saúde familiares desempenham um papel ímpar na gestão da diabetes *mellitus*. O médico de família é muitas vezes o agente responsável pelo diagnóstico inicial, monitorização dos tratamentos e controlo de complicações ou lesões de órgãos alvo tais como a retinopatia ou a nefropatia diabética, entre outras. O médico de família está capacitado de forma estruturada para a implementação de diversos esquemas terapêuticos, com diferentes graus de complexidade de

acordo com cada caso e classes farmacológicas disponíveis. Com igual importância, destacamos as medidas não farmacológicas como planos alimentares individualizados bem como o incentivo à prática de exercício físico. A relação de proximidade e a continuidade dos cuidados prestados pelas equipas de saúde familiar intensifica-se pela integração que os Cuidados de Saúde Primários oferecem aos seus utentes uma vez que conhecem o seu agregado familiar e a forma como as relações entre os indivíduos podem ter impacto nos *outcomes* em saúde. De forma geral, conseguimos concluir que, nos estudos publicados até à data, a satisfação com as relações conjugais parecem influenciar de forma positiva o controlo metabólico na diabetes *mellitus* e o sucesso dos objetivos terapêuticos. Fatores como uma maior segurança e estabilidade nos hábitos e estilos de vida que a vida de casal pode permitir, justificam, segundo os mesmos estudos, essa melhoria na vigilância da patologia. Para além disso, este trabalho de revisão permite deixar em aberto a importância das medidas de rastreio e combate à solidão como possíveis ferramentas para um melhor controlo da doença, onde as equipas de saúde familiar poderão vir a ser pioneiras. <

Conflitos de Interesses e Patrocínios/Conflicts of Interests and Sponsorships:

Os autores declaram a inexistência de conflitos de interesses e de patrocínios./The authors declare no conflicts of interests or sponsorships.

BIBLIOGRAFIA

1. Cornelis MC, Chiuve SE, Glymour MM, Chang SC, Tchetgen Tchetgen EJ, Liang L, et al. Bachelors, divorcees, and widowers: does marriage protect men from type 2 diabetes? PLoS One. 2014 Sep 17; 9(9): e106720. doi: 10.1371/journal.pone.0106720.
2. Song Y, Zhu C, Shi B, Song C, Cui K, Chang Z, et al. Social isolation, loneliness, and incident type 2 diabetes mellitus: results from two large prospective cohorts in Europe and East Asia and Mendelian randomization. EClinicalMedicine. 2023 Sep 21; 64: 102236. doi: 10.1016/j.eclinm.2023.102236.
3. Dadgari A, Mazloom N, Heidari Firouz Abadi MR, Bagheri I. The Relationship Between Marital Satisfaction and Compatibility With Type 2 Diabetes. Iran J Psychiatry Behav Sci. 2015 Dec; 9(4): e3105. doi: 10.17795/ijpbs-3105
4. Tan EY, Lee PC, Tham KW, Ganguly S, Lim CH, Liu JCJ. Examining spousal and family support as predictors of long-term weight loss and remission of type 2 diabetes following bariatric surgery in Singapore: a retrospective cohort study. BMJ Open. 2023 May 2; 13(5): e068810. doi: 10.1136/bmjopen-2022-068810.