

Dealing with diabetes-specific emotional distress: A cross-sectional survey of physical activity option

AF Adeniyi¹, OO Ogwumike¹, IA Adegboyega¹ and JO Adeleye²
Department of Physiotherapy¹ and Medicine², College of Medicine,
University of Ibadan, Ibadan, Nigeria

Abstract

Background: Diabetes-specific emotional distress is common among people with type 2 diabetes due to the complexities associated with care and maintenance of wellness among the patients. Unlike the focus on glycaemic control, literature appears unavailable about how physical activity may help in the control of diabetes-specific emotional distress. This study was conducted to investigate the link between diabetes-specific emotional distress and physical activity.

Methodology: Type 2 diabetes patients (n = 206) were enrolled into this study from two major health care facilities in Ibadan, Southwestern Nigeria. Physical activity was assessed using the International Physical Activity Questionnaire while diabetes-specific emotional distress was assessed using the Problem Areas in Diabetes Questionnaire. Data were analysed using descriptive and inferential statistics at $\alpha=0.05$.

Results: The participants' mean age was 58.6 ± 12.7 years with 109 (52.9%) reporting low physical activity levels and 182 (88.3%) reporting varying degrees of diabetes-specific emotional distress. Compared to participants with low physical activity, those who reported moderate-to-vigorous physical activity reported a reduced risk of diabetes-specific emotional distress (OR = 0.53; 95% CI = 0.26-0.82). Age, sex and level of education were not associated with the distress.

Conclusions: A substantial proportion of patients with type 2 diabetes reported low physical activity levels and much more reported diabetes-specific emotional distress. Those who reported moderate-to-vigorous physical activity reported a significantly lower risk of diabetes-specific emotional distress. Reduction in the risk of diabetes-specific emotional distress may be yet another strong point in advocacy for physical activity among patients with type 2 diabetes.

Keywords: *Diabetes mellitus, emotional distress, physical activity, psychological problem*

Résumé

Contexte: La détresse émotionnelle spécifique au diabète est fréquente chez les personnes atteintes de diabète de type 2 en raison de la complexité associés aux soins et à l'entretien du bien-être parmi les patients. Contrairement à la mise au point sur le contrôle glycémique, la littérature semble indisponible sur la façon dont l'activité physique peut aider dans le contrôle de la détresse émotionnelle spécifique au diabète. Cette étude a été menée pour étudier le lien entre la détresse émotionnelle spécifique au diabète et l'activité physique.

Méthodologie: Les patients atteints de diabète de type 2 (n = 206) ont été inclus dans cette étude provenant de deux grands établissements de soins de santé à Ibadan, sud-ouest du Nigeria. L'activité physique a été évaluée en utilisant le Questionnaire d'Activité Physique International tandis la détresse émotionnelle spécifique au diabète a été évaluée en utilisant le Questionnaire des Zones à Problème dans le diabète. Les données ont été analysées à l'aide de statistiques descriptives et déductives à $\alpha = 0,05$.

Résultats: L'âge moyen des participants était de $58,6 \pm 12,7$ ans avec 109 (52,9%) ayant déclaré un niveau d'activité physique faible et 182 (88,3%) rapportant divers degrés de détresse émotionnelle spécifique au diabète. Par rapport aux participants ayant une faible activité physique, ceux qui ont déclaré une activité physique de modérée à vigoureuse rapportaient une réduction du risque de détresse émotionnelle spécifique au diabète (OR = 0,53; IC à 95% = 0,26 - 0,82). L'âge, le sexe et le niveau d'éducation n'étaient pas associés à la détresse.

Conclusions: Une proportion importante de patients atteints de diabète de type 2 ont déclaré des niveaux d'activité physique faible et beaucoup plus ont rapporté la détresse émotionnelle spécifique au diabète. Ceux qui ont rapporté une activité physique de genre modéré à vigoureux ont rapporté un risque significativement plus faible de la détresse émotionnelle spécifique au diabète. La réduction du risque de détresse émotionnelle spécifique au diabète peut être encore un autre point fort de soutenance pour l'activité physique chez les patients atteints de diabète de type 2.

Mots-clés: *Diabète de Mellite, Détresse émotionnelle, Activité physique, Problème psychologique*

Correspondence: Dr. A.F. Adeniyi, Department of Physiotherapy, College of Medicine, University of Ibadan, Nigeria. E-mail: adeniyifatai@yahoo.co.uk, fadeniyi@comui.edu.ng