

# **PREVALÊNCIA DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM ATLETAS COMPETITIVAS**

**Cursino, MP; Barbosa, AMP; Pedroni, CR.**

**Departamento de Fisioterapia e Terapia Ocupacional – UNESP - Marília**

## **Introdução:**

A atividade física tem como efeito positivo preservar a qualidade de vida. Porém, quando praticada intensamente pode sobrecarregar o organismo, sendo uma das consequências o aumento da pressão intra-abdominal, que é fator de risco para a perda de urina (GOMES e SILVA, 2010).

A Incontinência Urinária (IU) pode trazer desconfortos de ordem social e danos à saúde (GUARISI et al., 2001), causando frequentes infecções. Porém, trata-se de um assunto pouco diagnosticado e tratado em atletas (JÁCOME et al., 2011).

## **Objetivo:**

Verificar a prevalência de IU e seus subtipos em atletas competitivas.

## **Métodos:**

Participaram do estudo 80 mulheres atletas (18,8 +/- 5,5 anos) que disputavam campeonatos desportivos há mais de dois anos e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Para avaliação da IU foram coletados dados provenientes de questionário sobre o hábito das atletas. Para quantificá-los, foi utilizada porcentagem simples.

## **Resultados:**

Foi observado que 75% das atletas perdem urina (50% IU Mista, 13,75% IU Esforço, 11,25% IU Urgência). Das incontinentes, 77% relataram perda em atividades gerais do dia-a-dia, 42,5% durante treinamento e 29% em competição. Independente da idade, a IU foi referida com mais frequência para as atividades do cotidiano do que para atividades esportivas. Com o aumento da idade há diminuição do número de atletas continentais e aumento das incontinentes; quando se compara a mesma distribuição relacionada ao tempo de atividade desportiva, nota-se um comportamento inverso, com aumento do número de continentais e diminuição do número de incontinentes.

## **Discussão:**

Neste estudo a prevalência de IU nas atletas foi alta, corroborando com a revisão bibliográfica de CAETANO et al. (2007) que afirmam ser a IU comum nas mulheres ativas, mesmo levando em conta atletas que não possuem o fator de risco idade.

A diferença entre a perda de urina em atividades cotidianas e na prática esportiva pode ser explicada pelo fato das atletas confundirem o suor com a perda de urina, ou porque na

prática esportiva a contração de músculos acessórios pélvicos é mais consciente que em atividades diárias.

Na revisão literária de BARROS et al. (2007), a IU é vista como um problema que afeta mulheres mais velhas, embora existam evidências que durante atividades físicas estressantes seja comum entre mulheres jovens, fisicamente ativas, mesmo na ausência de fatores de risco. Tal revisão corrobora para o aumento das atletas incontinentes quando levado em consideração a faixa etária. Entretanto o aumento do número de atletas continententes com o passar do tempo de atividade desportiva pode ser explicado pelo fortalecimento da musculatura acessória pélvica que no início da carreira desportiva eram fracas, explicando a alta incidência no começo da prática física, com mais esforço e impacto ao realizar o esporte.

A IU é um problema que atinge muitas mulheres ativas. Assim, precisa-se entender melhor o corpo da atleta para que seu desenvolvimento seja saudável ao longo de sua carreira.

#### **Conclusão:**

A prevalência de IU na mulher atleta é alta e o tipo mais prevalente é a IU Mista, porém ela não está ligada ao tempo de prática desportiva.

#### **Referências**

BARROS JD, LUCENA ACT, ANSELMO CWSF. Incontinência urinária de esforço em atletas do sexo feminino: uma revisão da literatura. An Fac Med Univ Fed Pernamb. 2007;52(2):173-180.

CAETANO AS, TAVARES MCGCF, LOPES MHBM. Incontinência urinária e a prática de atividades físicas. Rev Bras Med Esporte 2007;13(4):270-4.

GOMES, GV, SILVA GD. Incontinência urinária de esforço em mulheres pertencentes ao Programa de Saúde da Família de Dourados (MS). Rev. Assoc. Med. Bras 2010;56(6):649-659.

GUARISI T, NETO AMP, OSIS MJ, PEDRO AO, PAIVA LHC, FAÚNDES A. Incontinência urinária entre mulheres climatéricas brasileiras: inquérito domiciliar. Rev. Saúde Pública 2001;35(5):428-35

JÀCOME C, OLIVEIRA D, MARQUES A, SÁ-COUTO P. Prevalence and impact of urinary incontinence among female athletes; International journal of gynecology and obstetric. Int J Gynecol Obstet 2011;114:60-63