

LEITE; Edna Giovanna Vieira ¹, BRANDINI; Ana Beatriz Dantas ², PRADO; Daniela Siqueira ³

RESUMO

Introdução: A incontinência urinária (IU) é definida por qualquer perda involuntária de urina. Estudos demonstram que a prevalência nas mulheres jovens varia de 12% a 42%. A associação entre esportes de alto impacto no assoalho pélvico e perda de urina em mulheres jovens vem sendo verificada em algumas pesquisas. O *Crossfit*, modalidade esportiva em plena ascensão, vem sendo avaliado em virtude dos exercícios de alta intensidade dos treinos (corrida, pulos, ginástica, levantamento de peso), que cursam com aumento de pressão intra-abdominal. **Objetivo:** Estimar a prevalência da incontinência urinária e seu o impacto na qualidade de vida de mulheres praticantes de *crossfit*, e em um grupo controle, no município de Aracaju. **Metodologia:** Trata-se de um estudo do tipo observacional, transversal e analítico, realizado com 104 mulheres, sendo 52 mulheres praticantes de *crossfit* (GPRAT), matriculadas em uma filial oficial do *crossfit* na cidade de Aracaju e 52 mulheres sedentárias ou que praticavam atividade de baixo impacto, constituindo o grupo controle (GC), no período de agosto de 2019 a janeiro de 2020. Foram incluídas mulheres do sexo feminino, pré-menopausa, nulíparas ou primíparas praticantes de *crossfit*, sedentárias ou que pratiquem atividade de baixo impacto e que assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido após serem informadas sobre o objetivo da pesquisa. Foram excluídas da análise de dados as portadoras de doenças crônicas, tabagistas e que já tivessem sido submetidas a cirurgias uroginecológicas. Aplicou-se o questionário "*International Consultation on Incontinence Questionnaire - Short Form*" a todas as participantes e o "*Internacional Physical Activity Questionnaire*" para o grupo controle. A análise estatística foi realizada através do BioEstat 5.0 e utilizou-se o teste - t student para amostras independentes ($p < 0,05$) e a correlação linear de Pearson a fim de determinar se as correlações eram fortes ou fracas ($p < 0,05$). O projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo Seres Humanos da Universidade Federal de Sergipe, com número do CAAE 18721119.0.0000.5546. **Resultados e Discussão:** A idade média das participantes do estudo foi 31,8 anos (GPRAT 29,1 DP \pm 6,9; GC: 34,6 DP \pm 7,7), sendo a maioria solteiras no GPRAT (67,3%) e casadas no GC (67,3%). Os grupos foram homogêneos quanto à paridade e tipo de parto realizado havendo predominância de cesarianas em ambos os grupos (GPRAT 77,8%, GC 85,7%). Todas as mulheres incluídas no estudo estavam na pré-menopausa, e em ambos os grupos a maioria de mulheres referiram ciclos regulares (GPRAT 84,6% e GC 73%). A perda de urina foi referida por oito (15,38%) mulheres praticantes de *crossfit* e nove (17,3%) mulheres do grupo controle ($p = 0,7893$). Entre as mulheres que perderam urina avaliadas nesse estudo, a maioria (GPRAT 75%; GC 100%) referiu perda uma vez por semana ou menos, e perda em pequena quantidade (GPRAT 100%; GC 89,9%). Quanto ao tipo de perda de urina, verificou-se que no grupo de praticantes houve distribuição similar entre IUE, IUU e IUM, enquanto no grupo controle houve predomínio da IUU (77,3%). Dentre as incontinentes, a maioria das atletas e do grupo controle (82,7% em ambos os grupos) referiram não haver impacto significativo na qualidade de vida. Não houve diferença quanto às médias do escore do questionário ICIQ-SF nos grupos (GPRAT 1,15/ DP \pm 2,74); GC 1,40/ DP \pm 3,0). Entre as praticantes de *crossfit*, comparando mulheres com e sem perda de urina, observou-se que não houve diferença entre a frequência semanal de

¹ Universidade Federal de Sergipe, anabeatrizbrandini@gmail.com

² Universidade Tiradentes, anabeatrizbrandini@gmail.com

³ Universidade Federal de Sergipe, danisprado77@gmail.com

treinos (média de 2,4 entre as incontinentes e continentes), nem no tocante ao tempo de prática (média de 15,0 meses em incontinentes e 15,9 meses em continentas). **Conclusão:** Verificou-se, assim, que a prevalência de incontinência urinária e o impacto na qualidade de vida foram baixos e não houve diferença entre os grupos analisados. **Eixo Temático:** GINECOLOGIA.

PALAVRAS-CHAVE: Incontinência urinária, Esportes, Prevalência, Saúde da mulher, Qualidade de vida

¹ Universidade Federal de Sergipe, anabeatrizdbrandini@gmail.com

² Universidade Tiradentes, anabeatrizdbrandini@gmail.com

³ Universidade Federal de Sergipe, danisprado77@gmail.com