
A prevalência de incontinência urinária em mulheres nulíparas

The prevalency of urinary incontinence in nuliparous women

Sávia Francisca Lopes Dias¹, Aline Marjorie Sousa Rodrigues¹

¹Curso de Fisioterapia da Faculdade do Piauí-FAPI, Teresina-PI, Brasil.

Resumo

Objetivo – Quantificar a prevalência de incontinência urinária em mulheres nulíparas estudantes do curso de fisioterapia matutino da faculdade FAPI com idade entre 18 e 30 anos. **Métodos** – Foi realizado um estudo descritivo e quantitativo com 33 mulheres nulíparas estudantes de fisioterapia onde foi analisado o impacto da incontinência urinária na qualidade de vida das estudantes. **Critério de exclusão** – homens, mulheres múltíparas e primíparas. **Resultados** – Resultou-se que a maioria das participantes tem nível superior incompleto (93,9%) é solteira em (72,7%), declara frequência sexual como inativa com (51,5%). Além disso, (39,4%) das participantes perdem urina pelo menos uma vez por semana ou menos e 21,2% perdem de duas ou até três vezes por semana. **Conclusão** – Foi possível observar a frequência de perda urinária nessas mulheres, destacando que existe algum tipo de perda urinária em cerca de 70% da amostra, entretanto em relação à quantidade de perda urinária, foi observado ainda que 63,3% relata perder apenas pequenas quantidades e nenhuma delas relatou níveis de perda entre os níveis moderado e grande.

Descritores: Incontinência urinária, Saúde da mulher

Abstract

Objective – To quantify the prevalence of urinary incontinence in nulliparous women undergraduate students of pre-morning physical therapy FAPI college aged between 18 and 30 years. **Methods** – A descriptive and quantitative study with 33 nulliparous women physiotherapy students where the impact of urinary incontinence on quality of life of students was analyzed was conducted. **Exclusion criteria** – men, multiparous and primiparous women. **Results** – It resulted that most participants have incomplete higher education (93,9%) is in single (72,7%) declares sexual frequency as with inactive (51,5%). Furthermore, (39,4%) participants lose urine least once a week or less and lose 21.2% of two or even three times a week. **Conclusions** – We observed the frequency of urinary loss in these women, noting that there is some kind of urinary incontinence in about 70% of the sample, however relative to the amount of urinary loss was further observed that 63,3% reported losing only small amounts and none reported loss levels between the moderate and high levels.

Descriptors: Urinary incontinence; Women's health

Introdução

A Internacional Continence Society (ICS) define a Incontinência Urinária (IU) como uma condição na qual ocorre perda involuntária de urina, que gera um problema social ou higiênico a mulher. É uma patologia que exerce múltiplos efeitos sobre as atividades diárias, interação social e percepção da própria saúde, principalmente relacionados ao bem-estar social e mental, incluindo problemas sexuais, isolamento, baixa autoestima e depressão, afetando de modo significativo a qualidade de vida¹.

A IU é classificada de acordo com os sintomas apresentados e os três tipos mais encontrados são: incontinência urinária de esforço (IUE) quando há perda de urina pelo meato uretral sincrônica com a realização de esforços; urgeincontinência (UI), caracterizada pela perda urinária seguida da urgência miccional; e incontinência urinária mista (IUM), quando ocorre perda urinária tanto na urgência quanto na realização de esforços².

Estudos realizados em artigos relacionados descrevem que entre os principais fatores de risco estão, a idade; obesidade; paridade; tipo de parto; uso de anestesia no parto; peso do recém-nascido; menopausa; cirurgias ginecológicas; constipação intestinal; doenças crônicas; fatores hereditários; tabagismo; uso de drogas; consumo de cafeína e exercícios físicos³.

Dessa forma, é comum associar a IU exclusivamente à multiparidade e ao envelhecimento, no entanto já se sabe que essa realidade se estende ao meio das jovens e daquelas que nunca tiveram filhos (nulíparas). Nesse grupo, tal condição é ainda mais estigmatizada, pouco difundida e esclarecida, sendo que comumente não se sentem a vontade para recorrer os profissionais de saúde e relatar a situação¹.

Assim, o objetivo deste estudo foi quantificar a prevalência de incontinência urinária em mulheres jovens com idade entre 18 e 30 anos e nulíparas estudantes do curso de fisioterapia do 3º ao 8º período da FAPI (Faculdade do Piauí) em Teresina-Brasil.

Métodos

Foi realizado um estudo descritivo, transversal, observacional e quantitativo na faculdade do Piauí-FAPI. A amostra foi do tipo não probalista com 33 estudantes do curso de fisioterapia do turno matutino com idade entre 18 a 30 anos no período de agosto a outubro. Este estudo foi aprovado pelo comitê de ética e pesquisa da Universidade Paulista-UNIP sob o parecer 035968/2015 segue todos os pré-requisitos éticos estabelecidos pela resolução do CNS 466/12 em pesquisa com seres humanos.

Todas as voluntárias participantes da pesquisa recebe-

ram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) para fins de conhecimento para fazerem parte da pesquisa, em seguida foi entregue o questionário de recrutamento onde as mesmas iriam preencher com seus dados pessoais para fim de recrutamento, e por fim questionário International Consultation on Incontinence Questionnaire-Short Form (ICIQ-SF) cujo objetivo deste questionário é avaliar a frequência de perda de urina, a quantidade de urina perdida, gravidade, interferência da IU na qualidade de vida diária³.

Foram incluídas na pesquisa apenas mulheres estudantes nulíparas onde nas quais preencheram os requisitos de recrutamento de critérios exigidos para pesquisa. E excluídos homens, mulheres grávidas, múltiparas, primíparas e aquelas com algum tipo de distúrbio urinário diagnosticado ou patologia associada, e história prévia de aborto.

Os dados foram tabulados em uma planilha, foi utilizado o programa Microsoft Office Excel 2013 e em seguida, foram expressos em tabelas e gráficos com porcentagem simples.

Resultados

A investigação sobre a prevalência de incontinência urinária em estudantes nulíparas iniciou com um questionário de recrutamento através do qual foi feita a seleção das participantes que atendiam as exigências da pesquisa. Entre as entrevistadas totalizou uma média de idade de 23 anos, sendo que a idade para participarem era entre 18 e 30 anos. A maioria das participantes se declarou com nível superior incompleto (93,9%), estado civil de solteira (72,7%) e com frequência sexual como inativa (51,5%). Mais detalhes sobre o perfil das participantes do estudo podem ser visualizadas na Tabela 1.

Tabela 1. Resultados do questionamento de recrutamento

Escolaridade	N	%
Superior completo	2	6,1
Superior incompleto	31	93,9
Estado civil	N	%
Solteira	24	72,7
Casada	8	24,2
Divorciada	1	3,0
Vídua	0	0
Frequência social	N	%
Inativo	17	51,5
Duas vezes	10	30,3
Uma vez	2	6,1
Três vezes ou mais	4	12,1

De acordo com o ICIQ-SF, 39,4% das participantes responderam que perdem urina pelo menos uma vez por semana ou menos, e 21,2% perdem de duas ou até três vezes por semana. No Gráfico 1, é possível observar a frequência de perda urinária nessas mulheres, destacando que existe algum tipo de perda urinária em cerca de 60,6 da amostra de acordo foi assinado pelas participantes no questionário ICIQ-SF.

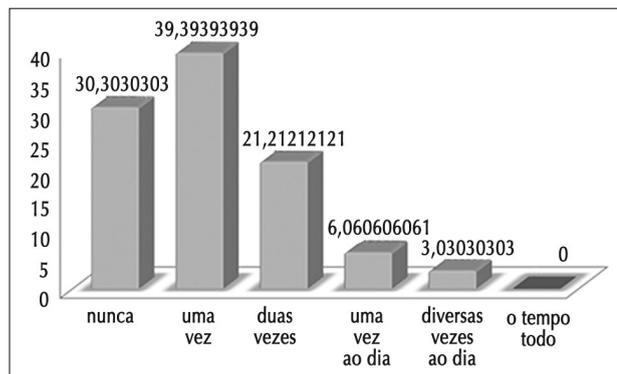


Gráfico 1. Frequência de Perda Urinária

De acordo com o ICIQ-SF, 39,4% das participantes responderam que perdem urina pelo menos uma vez por semana ou menos, e 21,2% perdem de duas ou até três vezes por semana. No Gráfico 1 é possível observar a frequência de perda urinária nessas mulheres, destacando que existe algum tipo de perda urinária em cerca de 60,6% da amostra de acordo com o que foi assinalado pelas participantes no questionário ICIQ-SF.

Com relação à quantidade dessa perda urinária entre as entrevistas, foi observado ainda que 63,3% relata perder apenas pequenas quantidades e nenhuma delas relatou níveis de perda entre os níveis moderado e grande.

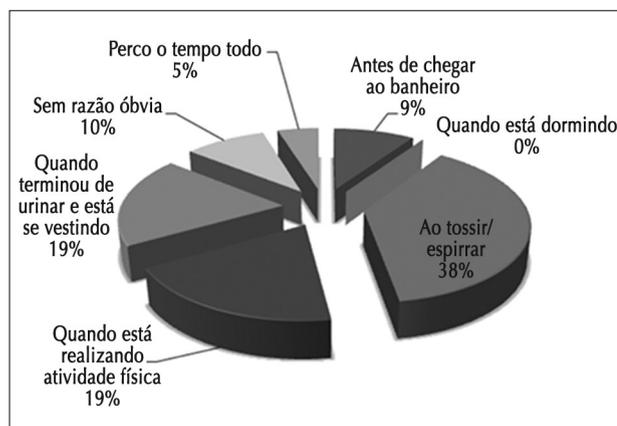


Gráfico 2. Resultados em que houve perda de urina

De acordo com a resposta das entrevistadas em relação às quais momentos de sua vida diária perdem mais urina foi visto que quase 76% delas relataram que perdem urina ao realizar algum tipo de esforços. Como pode ser visualizado no Gráfico 2. O questionário ICIQ-SF tem como objetivo também avaliar e quantificar o impacto da incontinência urinária na qualidade de vida diária das mulheres.

A Tabela 2, representa que quase 40% das estudantes diz que a IU interfere de forma grave e muito grave na sua qualidade de vida e que apenas 27,7% das entrevistadas não sentem nenhum impacto na sua qualidade de vida com a incontinência urinária.

Tabela 2. Resultados do questionário ICIQ-SF

Impacto da incontinência urinária em estudantes nulíparas	N	%
Impacto		
Leve	6	18,8
Moderado	7	21,1
Grave	5	15,5
Muito grave	8	24,4
Nenhum impacto	9	27,7

Discussão

Os resultados do presente estudo mostram para dados alarmantes a respeito da incontinência urinária feminina, principalmente em relação a mulheres jovens e nulíparas. Isso mostra que mesmo distante da redução hormonal do climatério ou menopausa e sem passarem pelo ciclo gravídico puerperal, as mulheres podem ter incontinência urinária.

É comum a literatura associar a IU, exclusivamente, a multiparidade e em mulheres idosas, no entanto já se sabe que essa realidade se estende ao meio das jovens e daquelas que nunca tiveram filhos. Nesse grupo de mulheres, tal condição é ainda mais estigmatizada, pouco difundida e esclarecida, sendo que comumente não se sentem a vontade para recorrer aos profissionais de saúde e relatar a situação¹.

Considerando que esse grupo de mulheres não apresenta rupturas de ligamentos, lesão de fâscias, lesão das fibras musculares nervosas e do assoalho pélvico causado por partos e gestação, a presença de IU pode decorrer da fraqueza genética do tecido conjuntivo, da localização baixa do assoalho pélvico e o número reduzido de fibras musculares nessa região⁴.

De acordo com esses fatores, é possível justificar a maior prevalência de perda de urina durante os esforços como tossir/espirrar e ao realizar uma atividade física, provavelmente decorrente de fraqueza e déficit de conscientização muscular do assoalho pélvico.

A fisioterapia tem assumido um importante papel na reabilitação dessas pacientes. Seus objetivos incluem aumentar a resistência dos músculos do assoalho pélvico (MAP), prevenir a evolução da IU, ajudar a reduzir a frequência ou gravidade dos sintomas e prevenir ou retardar a necessidade de cirurgia. A abordagem é minimamente invasiva e praticamente sem efeitos adversos⁵.

A Sociedade Internacional de Continência indicou a fisioterapia como tratamento de primeira linha para a IU, devido à sua alta efetividade. Os recursos mais utilizados são: cinestesioterapia, que se baseia em exercícios de fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico, o qual aumenta o tônus e a resistência uretral, cones vaginais, que são dispositivos com a mesma forma e tamanho, com pesos variados e usa o mesmo princípio do biofeedback, que tem como objetivo aprimorar os processos fisiológicos por meio da conscientização da musculatura perineal e a eletroestimulação, que reestabelece as conexões neuromusculares e melhora a função da fibra, aumentando seu tônus e alterando seu padrão de ação².

O presente estudo destacou também sobre a interferência da IU na qualidade de vida das entrevistadas, onde foi observado que na maioria delas a perda urinária provoca algum tipo de impacto nesse quesito. Alguns recursos como a psicologia e a fisioterapia podem melhorar os sintomas e otimizar a perda urinária nos últimos anos, os investigadores têm revelado um interesse crescente no estudo da IU, que sob o ponto de vista de saúde e pública, pode ser interpretado como uma realidade crescente e preocupante, que surge como inevitáveis e importantes repercussões físicas, sociais, psicológicas e econômicas nos mais variados contextos de vida da mulher⁶.

Em um estudo randomizado controlado e único cego foi comparado à efetividade dos exercícios do assoalho pélvico, eletroestimulação e cones vaginais no tratamento de mulheres com IUE. Todos os tratamentos foram significativamente melhores que o controle com relação à redução do número de episódios de perda urinária e melhor quanto à qualidade de vida dessas mulheres⁷.

Em outro ensaio clínico randomizado com 245 mulheres foi investigado dois tipos de exercícios musculares para IUE. Ambos os métodos foram eficazes na redução da perda urinária avaliada por meio do pad teste⁸.

Conclusão

O estudo demonstrou uma prevalência de 70% de algum tipo de perda urinária em mulheres jovens, nulíparas e estudantes do curso de fisioterapia da FAPI faculdade do Piauí em Teresina-Brasil com idade entre 18 e 30 anos, visando mostrar que a incontinência urinária não ocorre exclusivamente por conta de multiparidade ou envelhecimento, sendo que pode ser vistos que as entrevistadas da pesquisa nunca tiveram gestação, mas teve indício de IU.

Esse assunto ainda é pouco discutido e difundido nessa média de idade, considerando que o conhecimento sobre o assunto ainda é prematuro. Foi possível detectar ainda que existe uma probabilidade maior de perda urinária aos esforços e que essa condição tem impacto de moderada a muito grave na vida da maioria dessas mulheres. Assim é interessante reforçar a continuação de novas pesquisas com uma amostra maior e investigações mais aprofundadas a respeito do tema.

Referências

1. Almeida PP, Machado LRG. A prevalência de incontinência urinária em mulheres praticantes de jump. *Fisioter Mov.* 2012; 25(1):55-65.
2. Costa AP, Santos FDRP. Abordagem da fisioterapia no tratamento da incontinência urinária de esforço: revisão da literatura; Approach to physiotherapy in the treatment of urinary stress incontinence: literature review. *Femina.* 2012;40(2).
3. Higa R, Lopes MHB, Reis MJ. Fatores de risco para incontinência urinária na mulher. *Rev Esc Enferm USP.* 2008;42(1):187-92.
4. Santos ES, Caetano AS, Tavares MCGCF, Lopes MHBM. Urinary incontinence among physical education students. *Rev Esc Enferm. USP.* 2009;43(2):307-12.

5. Camillato ES, Barra AA, Silva Jr AL. Incontinência urinária de esforço: Fisioterapia versus tratamento cirúrgico; *Femina*, 2012; 40(4).

6. Viana R, Viana S, Andrade R, Festas C, Neto F. Fisioterapia na autoestima de mulheres com incontinência urinária: estudo longitudinal. *Psicologia Saúde Doenças*. 2014;15(1):170-9.

7. Castro RA, Arruda RM, Zanetti MRO, Santos PD, Sartori MGF, Girão MJBC. Single-blind, randomized, controlled trial of pelvic floor muscle training, electrical stimulation, vaginal cones, and no active treatment in the management of stress urinary incontinence. *Clinics*. 2008;63(4).

8. Liebergall-Wischnitzer M, Hochner-Celnikier D, Lany Y, Manor O, Schveiky D, Paltier O. Randomized trial of circular muscle versus pelvic floor training for stress. Urinary incontinence in women. *J Women's Health*. 2009;18(3):377-85.

Endereço para correspondência:

Aline Marjorie Sousa Rodrigues
Rua Iguaçu, 6118 – Parque Poty
Teresina-PI, CEP 64084-105
Brasil

E-mail: eumarjorie@hotmail.com

Recebido em 17 de janeiro de 2016
Aceito em 7 de março de 2016