

713 - INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE ESFORÇO EM MULHERES PRATICANTES DE CROSSFIT®/CROSSTRaining NO BRASIL

Tipo: POSTER

Autores: KAUANE MATIAS LEITE (PÓS-GRADUANDA EM ESTOMATERAPIA PELA UNIVERSIDADE ESTADUAL DO CEARÁ), ERNESTO SOUSA BARROSO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), GÉRSO ABNER MAGALHÃES DE MIRANDA (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), VICTORYA LEITÃO LOPES TEIXEIRA (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), KAIO ROGER MORAIS ARAÚJO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), JEHNIFER MARIA TAVARES CAVALCANTE (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), MANUELA DE MENDONÇA FIGUEIRÊDO COELHO (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ), VIVIANE MAMEDE VASCONCELOS CAVALCANTE (UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ)

Introdução: A prática de exercícios de alto impacto está relacionada ao aumento da pressão intra-abdominal e a transmissão dessa pressão na musculatura do assoalho pélvico (MAP), podendo ocasionar a Incontinência Urinária de Esforço (IUE)¹⁻². Os sintomas urinários interferem na Qualidade de Vida (QV), afetando negativamente a saúde mental e social das mulheres acometidas³. Conhecer o impacto na QV é relevante para estomaterapia, pois auxilia o profissional na identificação e tratamento antecipados dos sintomas, evitando complicações posteriores. **Objetivo:** Analisar a ocorrência de incontinência urinária de esforço em mulheres praticantes de Crossfit®/CrossTraining. **Método:** Estudo observacional, transversal com 2.555 mulheres do Brasil entre os meses de março a junho de 2021. A amostra foi obtida por conveniência utilizando-se de convites nas redes sociais de mulheres seguidoras de redes sociais da modalidade esportiva. Os dados foram coletados por meio de formulário on-line obtendo informações sociodemográficas, clínicas e sintomas urinários autopercebidos. O instrumento utilizado para a coleta foi o Incontinence Severity Index (ISI) para mensurar o grau de incontinência de acordo com o grau de percepção da mulher. Os dados foram digitados em planilhas do Excel® e posteriormente exportados para o Statistical Package for the Social Sciences, após foram analisados por meio de testes estatísticos descritivos (frequências, medidas de tendência central e de dispersão). A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com parecer 4.131.462. **Resultados:** Das 2.555 mulheres praticantes de Crossfit®/CrossTraining no Brasil, a média de idade foi de 32 anos (DP ± 7).

Quanto ao peso, a média foi de 66kg (DP ± 10). A média de prática do esporte foi de 37 meses (DP ± 27). A amostra obtida para o estudo contemplou todas as regiões do Brasil, com maior participação de mulheres da região Sudeste, somando 880 (34,4%) participantes. Em relação aos dados obstétricos e ginecológicos, 60,4% afirmam que nunca estiveram grávidas e apenas 2,9% afirmam estar na menopausa. Sobre o número de partos, a média foi de pelo menos 1 (1,57 e DP ± 1) por participante que já esteve grávida. Do total de participantes, 1.090 (42,7%) afirmaram perder urina durante a realização dos exercícios, dessas 863 mulheres classificavam suas perdas de urina moderada, 203 classificaram como leves, 21 como graves e apenas 03 como muito graves. Um total de 501 (46%) mulheres responderam perceber incontinência durante a realização do pulo de corda, sendo o exercício com o maior número de respostas positivas, o Box Jump aparece em segundo lugar com 418 (38,4%) respostas. Os exercícios Deadlift, Squat Clean, Front Squat e Back Squat aparecem nas posições seguintes com um total de respostas equivalentes a 16,3%, 14,7%, 11,2% e 10,8% respectivamente.

Conclusão: Os resultados do estudo fortalecem a relação da prática de exercícios de alto impacto ao desenvolvimento da IUE de esforço em mulheres praticantes de Crossfit®/CrossTraining, o que permitiu identificar a necessidade de uma intervenção que vise o estímulo à prevenção da IUE e o desenvolvimento correto das atividades físicas afim de promover a qualidade de vida dessas pessoas.