

CENTRO UNIVERSITÁRIO SAGRADO CORAÇÃO  
ÁREA DE CIÊNCIAS DA SAÚDE  
CURSO DE FISIOTERAPIA

STEFHANI DE OLIVEIRA AUGUSTO

INCONTINÊNCIA URINÁRIA DURANTE E APÓS A GESTAÇÃO: ESTUDO  
RECORDATÓRIO

BAURU  
2021

STEFHANI DE OLIVEIRA AUGUSTO  
STEFHANI DE OLIVEIRA AUGUSTO

INCONTINÊNCIA URINÁRIA DURANTE E APÓS A GESTAÇÃO: ESTUDO  
RECORDATÓRIO

INCONTINÊNCIA URINÁRIA DURANTE E APÓS A GESTAÇÃO: ESTUDO  
RECORDATÓRIO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como parte dos requisitos para obtenção do título de bacharel em Fisioterapia - Centro Universitário Sagrado Coração.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado a Área de Ciências da Saúde do Centro Universitário Sagrado Coração, como parte dos requisitos para obtenção do título de bacharel em Fisioterapia, sob orientação da Prof<sup>ª</sup>. Dra. Marta Helena Souza De Conti.

Aprovado em: \_\_\_/\_\_\_/\_\_\_.

Banca examinadora:

---

Prof.a Dra. Marta Helena Souza De Conti (orientadora)  
Centro Universitário Sagrado Coração

---

Prof.a Me Gabriela Canata de Souza Rodrigues (banca)  
Centro Universitário Sagrado Coração

BAURU  
2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

A923i	<p>Augusto, Stefhani de Oliveira</p> <p>Incontinência urinária durante e após a gestação: estudo recordatório / Stefhani de Oliveira Augusto. -- 2021. 32f. : il.</p> <p>Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dra. Marta Helena Souza De Conti</p> <p>Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Fisioterapia) - Centro Universitário Sagrado Coração - UNISAGRADO - Bauru - SP</p> <p>1. Gestação. 2. Incontinência Urinária. 3. Mulher. I. Conti, Marta Helena Souza de. II. Título.</p>
-------	--

Dedico este trabalho a Deus, a minha família que tornou toda essa experiência possível e ao meu parceiro, por ter me dado forças para que isso tudo se tornasse realidade.

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a Deus, por ter guiado meus caminhos durante todo o curso.

Agradeço a participação e cooperação de todas as pessoas envolvidas na produção deste trabalho.

Agradeço a minha família pela oportunidade que me deram de cursar Fisioterapia no Unisagrado.

Agradeço à minha orientadora Profa. Dra. Marta Helena de Souza De Conti pela maravilhosa orientação e pela sua paciência ao decorrer do curso.

Agradeço a todos os professores do curso de Fisioterapia por contribuir para minha formação.

“Que os nossos esforços desafiem as impossibilidades. Lembrai-vos que as grandes proezas da história foram conquistas daquilo que parecia impossível” (Charles Chaplin).

## RESUMO

**Introdução:** A gestação é um período de intensas adaptações físicas e emocionais. Nesse período ocorrem adaptações do sistema urinário, por conta da pressão exercida pelo útero na musculatura do assoalho pélvico. **Objetivo:** Verificar os relatos de sintomas de incontinência urinária percebidas durante e após a gestação. **Método:** Estudo transversal, de análise quantitativa e de caráter recordatório, com mulheres participantes do Projeto de Extensão “Gestação, Vida e Saúde, do UNISAGRADO, Bauru/SP, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário do Sagrado Coração (UNISAGRADO - Bauru), sob o parecer nº 4.952.837. Foram coletados dados das mulheres sobre relatos de escape urinário observados durante e após a gestação anterior. Foram convidadas a participar da pesquisa por contato via *WhatsApp*. As mulheres que aceitaram, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (*on line*) e responderam ao questionário elaborado pelas autoras, pelo *Google forms*. Os dados foram submetidos a análise descritiva por meio de média, desvio padrão, frequência absoluta e relativa e foram apresentados por meio de gráficos e tabelas. **Resultados:** Os relatos recordatórios mostraram que a grande maioria das gestantes tiveram perda urinária durante e após a gestação. **Conclusão:** De acordo com os resultados obtidos na pesquisa e com as referências bibliográficas podemos concluir que há muitos casos de ocorrência da incontinência urinária durante e após a gestação e que essa condição traz prejuízos para o cotidiano dessas mulheres.

Palavras chaves: Gestação, Incontinência Urinária, Mulher.

## ABSTRACT

**Introduction:** Pregnancy is a period of intense physical and emotional adaptations. During this period, adjustments occur in the urinary system, due to the pressure exerted by the uterus on the pelvic floor muscles. **Objective:** To verify the reports of urinary incontinence symptoms perceived during and after pregnancy. **Method:** Cross-sectional study, with quantitative analysis and recall character, with women participating in the Extension Project "Pregnancy, Life and Health, UNISAGRADO, Bauru/SP, approved by the Ethics Committee for Research in Human Beings of the University Center of Sagrado Coração (UNISAGRADO - Bauru), under opinion N°. 4.952.837. Data were collected from the women on reports of urinary leakage observed during and after the previous pregnancy. They were invited to participate in the survey by contact WhatsApp. The women who accepted signed the Free and Informed Consent Term (online) and answered the questionnaire prepared by the authors, using Google forms. Data were subjected to descriptive analysis using mean, standard deviation, absolute and relative frequency and were presented using graphs and tables. **Results:** The recall reports showed that the vast majority of pregnant women had urinary loss during and after pregnancy. **Conclusion:** According to the results obtained in the research and bibliographical references, we can conclude that there are many cases of urinary incontinence during and after pregnancy and that this condition brings harm to the daily lives of these women.

Key words: Gestation, Urinary Incontinence, Woman.

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>10</b>
<b>2</b>	<b>JUSTIFICATIVA .....</b>	<b>12</b>
<b>3</b>	<b>OBJETIVO .....</b>	<b>13</b>
<b>4</b>	<b>MATERIAL E MÉTODO .....</b>	<b>14</b>
<b>4.1</b>	<b>Tipo de estudo e amostra .....</b>	<b>14</b>
<b>4.2</b>	<b>Amostra .....</b>	<b>14</b>
<b>4.3</b>	<b>Procedimento de coleta de dados.....</b>	<b>14</b>
<b>4.4</b>	<b>Análise de dados.....</b>	<b>16</b>
<b>5</b>	<b>RESULTADOS .....</b>	<b>17</b>
<b>6</b>	<b>DISCUSSÃO.....</b>	<b>20</b>
<b>7</b>	<b>CONCLUSÃO.....</b>	<b>22</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>23</b>
	<b>APÊNDICE A: TEXTO PARA CONTATO NO WHATSAPP. ....</b>	<b>26</b>
	<b>APÊNDICE B: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO ...</b>	<b>27</b>
	<b>APÊNDICE C: RECORDATÓRIO .....</b>	<b>28</b>
	<b>ANEXO A- APROVAÇÃO COMITÊ DE ÉTICA .....</b>	<b>30</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A gestação é um fenômeno fisiológico que ocorre após a fertilização, provocando adaptações no corpo da mulher, dentre elas, hormonais, psicológicas e físicas, sendo um momento marcante na vida da gestante, onde a mesma vai passar por períodos de reestruturações (PICCININI; GOMES; De NARDI; LOPES, 2008).

As adaptações endócrinas no organismo durante a gestação, ocorrem devido a inserção da placenta e a sustentação do feto. Os autores ainda, complementam que, as adaptações anatômicas cardiovasculares observadas decorrentes da gestação como elevação do músculo diafragmático, conseqüentemente o coração fica mais horizontalizado, deslocado para esquerda e para cima, fazendo com que ocorra, um aumento do débito cardíaco e aumento do volume plasmático (PEIXOTO, 2014; MARTINS, 2010).

Nesse período ocorrem adaptações do sistema urinário, como o aumento da frequência urinária e noctúria em 80 a 95% das gestantes e se posterga durante todo o período gestacional. Essas adaptações podem ocorrer pelo aumento da pressão exercida pelo útero na bexiga e pode estar associada também as alterações funcionais do esfíncter uretral (THADHANI *et al.*, 2017).

As mudanças músculo esqueléticas são devido a ação hormonal nas articulações promovendo fraqueza ligamentar. Com o aumento do útero a mulher muda seu centro de gravidade, provocando adaptações, como, aumento da curva lombar e cervical, alteração no eixo da bacia, afastamento dos ombros em relação ao corpo, alteração da marcha, entre outras (PAIVA *et al.*, 2016), que podem ocasionar disfunções do assoalho pélvico (AP) (MOCCELLIN, RETT, DRIUSSO, 2014).

Hebert (2009) ressalta que normalmente, as disfunções do AP são ocasionadas por danos estruturais e funcionais de músculos, nervos, fâscias ou ligamentos e podem ter como consequência urgência e aumento da frequência urinária, prolapsos de órgãos pélvicos, além de incontinência urinária (IU) e fecal.

Quando se trata da fase de gestação, a pressão do útero gravídico sobre a bexiga, diminuindo a capacidade vesical, pode provocar o agravamento ou associação de tais sintomas (ASHTON-MILLER, De LANCEY, 2007).

A incontinência urinária (IU) é um problema de saúde que acomete milhões de pessoas pelo mundo, e pode ser caracterizada por três tipos: incontinência urinária por esforço, de urgência ou mista. Entretanto é considerado incontinência urinária de esforço, quando a perda de urina é causada por um aumento da pressão abdominal e de urgência quando é acompanhada por uma sensação de necessidade de urinar, ou mista quando mistura os dois aspectos citados acima (BORBA *et al.*, 2008; ABRAMS *et al.*, 2002).

A literatura aponta dados importantes sobre relatos de IU na gestação. Estudo realizado por Magajewski *et al.*, (2013) aponta predominância de 27,6% de incontinência urinária em mulheres, sendo que em gestantes essa prevalência pode variar entre 20% a 67%. Pesquisas mais antigas tinham publicados percentuais mais elevados em relação aos sintomas miccionais, que variaram de 35,6% a 50% entre as gestantes (ASLAN *et al.*, 2003; SCARPA *et al.*, 2006) podendo afetá-las nos âmbitos social, sexual e profissional, além de implicar em um custo significativo para a mulher e para os serviços de saúde (DAVIS, KUMAR, 2003).

A incontinência urinária tem um impacto negativo importantes na qualidade de vida dessas mulheres, como constrangimento social, alterações psicoemocionais, limitações físicas, sexuais e atividades de vida diária (SCHREINER *et al.*, 2021). Este impacto negativo também foi apontado no estudo de (MOCCELLIN, RETT, DRIUSSO, 2014) inferindo que além da qualidade de vida, estes sintomas também contribuem para piora da percepção geral de saúde e impacto da incontinência ao final da gestação.

Vale ressaltar que, no Brasil existe a Rede Cegonha, estratégia do Ministério da Saúde inserida nas políticas de atenção à Saúde da Mulher, que preconiza o direito ao planejamento reprodutivo e à atenção humanizada durante a gravidez, parto e puerpério, mas esta importante ferramenta não considera ações de orientações para cuidados com o AP.

## 2 JUSTIFICATIVA

Considerando-se as várias adaptações corpóreas ocorridas durante a gestação, com consequentes reflexos no sistema musculoesquelético, principalmente em nível de assoalho pélvico e a alta incidência de sintomas de incontinência urinária em gestantes, se faz importante para a compreensão e entendimento sobre os relatos de incômodos urinários de gestantes. Além disso, busca-se que os resultados possam fornecer esclarecimentos para os diversos profissionais de saúde que prestam assistência as gestantes, sobre os cuidados que podem adotar, ainda durante a gestação, referente as disfunções do assoalho pélvico e da incidência de incontinência urinária com o intuito de melhorar qualidade de vida destas mulheres.

### **3 OBJETIVO**

Verificar os relatos de sintomas de incontinência urinária percebidos durante e após a gestação.

## 4 MATERIAL E MÉTODO

### 4.1 Tipo de estudo e amostra

Estudo transversal, de análise quantitativa e de caráter recordatório, com 239 mulheres participantes do Projeto de Extensão “Gestação, Vida e Saúde, do Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO), Bauru/SP, aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos do Centro Universitário do Sagrado Coração (UNISAGRADO - Bauru), em consonância com o princípio anunciado na declaração de Helsinque e nos termos da resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde, sob o parecer nº 4.952.837.

### 4.2 Amostra

Foram incluídas mulheres, na faixa etária entre 19 e 35 anos, que em sua gravidez participaram do Projeto Gestação, Vida e Saúde, na Paróquia Santa Rita de Cássia, na cidade de Bauru, no período de 2010 a 2018.

Foram excluídos os dados de mulheres que não responderam o questionário em sua totalidade.

### 4.3 Procedimento de coleta de dados

Inicialmente foi realizado um contato telefônico, via *WhatsApp*, com mulheres que participaram do Projeto de Extensão Gestação, Vida e Saúde no período de 2010 a 2018 para convidá-las a participar desta pesquisa (Apêndice A) com a seguinte mensagem:

**1ª mensagem:** Olá, me chamo Stefhani, sou aluna do quinto ano de Fisioterapia do Unisagrado. Estou realizando o trabalho de conclusão de curso com o objetivo de identificar perda involuntária de urina em gestantes, orientada pela Prof.a Dra. Marta Helena Souza De Conti. Gostaria de saber se você pode responder uma pergunta para uma pesquisa que estou fazendo. Agradeço desde já!”

As que aceitaram participar da pesquisa foi enviado via *Google forms* o Termo de Consentimento Livre Esclarecido (Apêndice B), com detalhes de como foi a pesquisa. Destaca-se que a pesquisa ofereceu riscos mínimos de possíveis constrangimento ou desconforto ao responder as questões. Os participantes foram orientados que caso acontecesse a pesquisadora responsável encaminharia a participante aos cuidados de saúde (Clínica de Psicologia do Unisagrado).

Porém, os pesquisadores foram orientados e treinados para minimizar este risco, ficando disponível para esclarecimentos durante toda a coleta de dados. As participantes não tiveram nenhum custo ou pagamentos com a pesquisa. Os benefícios em participar desta pesquisa, estão relacionados com a contribuição dos resultados para maior entendimento dos profissionais da saúde, quanto aos relatos de incontinência urinária durante a gestação. As pesquisadoras garantem o sigilo das informações coletadas. Toda informação foi confidencial e sua identidade não foi revelada, em nenhuma publicação desta pesquisa. A qualquer momento a participante estará livre para recusar ou desistir de participar neste estudo.

Logo em seguida, para verificar a ocorrência de IU, as mulheres foram questionadas (de maneira *on line*, utilizando dispositivo móvel), via *Google forms*, sobre perda urinária. Nesta fase foram questionadas com a mensagem: “**2ª mensagem:** Durante a gravidez você teve alguma perda de urina (vazamento de xixi)? Pode ser bem pouquinho. O questionário é rápido e objetivo e gostaria de contar com a sua colaboração em respondê-lo!”.

Para aquelas que responderam que não tiveram escapes de urina durante a gestação foi oferecido orientações. Para aquelas que responderam “sim” (que possuíram escapes de urina durante a gestação) solicitou-se que respondessem o questionário de escapes urinários. Foi adicionado perguntas sobre a IU (Histórico familiar de IU, ocorrência, frequência e intensidade das perdas, uso de protetores, constipação intestinal e possíveis interferências nas atividades diárias). “**3ª mensagem:** Como você respondeu que sim, pode me ajudar respondendo este questionário? É rapidinho e fácil de responder por este link. É só clicar nesta linha em azul”. Abaixo o link do questionário que foi enviado as mulheres.

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc40KMs2r6EuNQgywfKj8Upzk7KC5pcgV4E2mB0DBdrN4waVg/viewform>

O questionário enviado é composto de 12 questões de múltipla escolha que solicitam percepções recordatórias das mulheres durante e após sua gestação, sobre urgência miccional e perda urinária (IU). As questões destacam sensações de forte desejo e frequência miccional, perda urinária, quantidade e frequência perdida, uso de protetores e interferência nas atividades de vida diária, como trabalho e lazer. Na última questão possui um espaço para a participante descrever qual é a interferência dos escapes urinários no lazer ou trabalho.

Ao término de toda a coleta de dado, como propósito de oferecer um *feedback* para as participantes que responderam à pesquisa, foi elaborado pela autora, um vídeo informativo via *youtube*, sobre incontinência urinária. Novamente utilizou-se a ferramenta *whatsapp*, para enviar o vídeo para as participantes. O vídeo se encontra disponível no URL: <https://youtu.be/hzJcOb0nSmE>.

Para garantir total sigilo das respostas das mulheres, no questionário não continha nome, assim como, endereço. As participantes receberam, como identificação numeração para organização dos dados na planilha de dados do Excel.

#### **4.4 Análise de dados**

Após a coleta os dados foram submetidos a análise descritiva por meio de média, desvio padrão, frequência absoluta e relativa e foram apresentados por meio de gráficos e tabelas para maior esclarecimento dos dados.

## 5 RESULTADOS

Foram detectadas 239 mulheres que participaram do Projeto Gestação, Vida e Saúde no período de 2010 a 2018. Destas, dez não possuíam contato telefônico no prontuário. Destes 229 contatos de prontuários, 39 trocaram de número telefônico, não identificando a pessoa, sendo contatadas 190 mulheres permanecendo com o mesmo contato telefônico. Após várias tentativas com chamadas e mensagens de *WhatsApp*, 122 não retornaram o contato, 19 não revelaram interesse em participar da pesquisa, 7 não tiveram perda urinária durante e após a gestação, 42 manifestaram desejo em responder o questionário. No entanto, somente 25 retornaram as mensagens e responderam o questionário que incentivava se recordarem episódios de escapes urinários durante e após a gravidez.

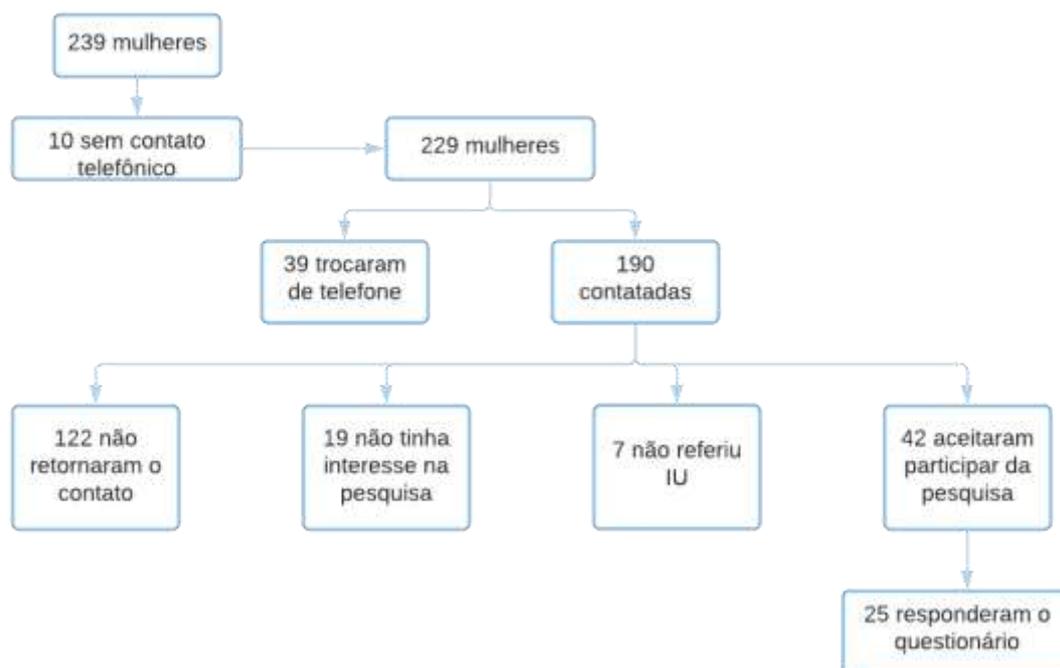


Figura 1 - Sequência experimental da amostra estudada.

As primeiras questões eram relacionadas as recordações que a mulheres possuía sobre urgência miccional e frequência de micções quando estavam gestantes. No que diz respeito a urgência miccional durante o período gestacional notou-se que (23) 92% perceberam forte desejo miccional, seguida do aumento na frequência de urinar (figuras

2 e 3). Ressalta-se que 40% das gestantes fizeram uso de protetores (absorventes) e 52% relataram episódios de perdas urinárias em seus antecedentes familiares.

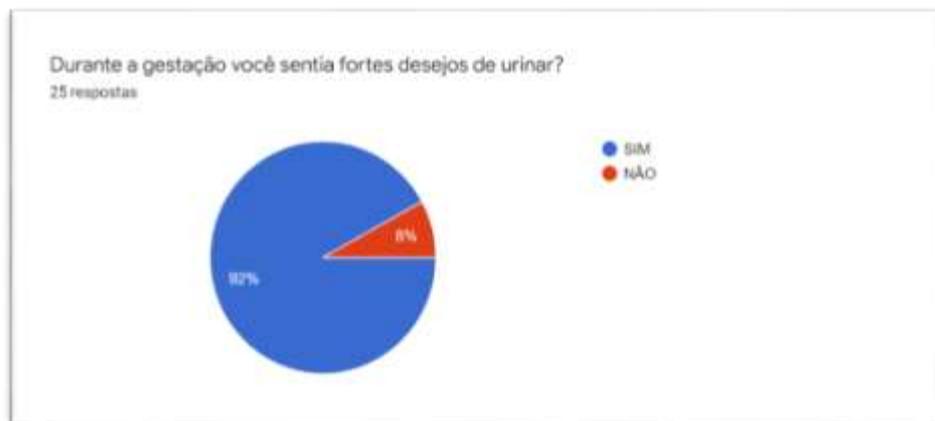


Figura 2- Relatos recordatórios das mulheres sobre a sensação de fortes desejos miccionais durante a gravidez.

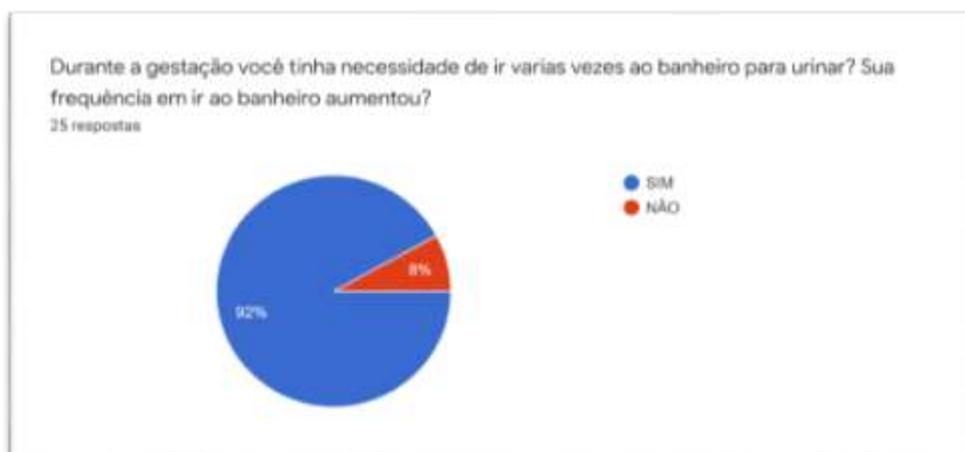


Figura 3- Relatos recordatórios das mulheres sobre a frequência de urinar durante a gravidez.

No que se refere a perda urinária durante a gestação observou-se que a maioria das gestantes percebeu escapes (96%), em pouca quantidade /gotas (68%), com frequência diária (48%).

Destaca-se que após a gestação, a maioria (68%) das mulheres relatou que ainda perdeu urina (escapes) em pouca quantidade/ gotas (80%) com frequências de ter perda uma a duas vezes na semana (76%) (Tabelas 1 e 2).

Notou-se que o incômodo provocado pelas perdas urinárias durante a gestação foi relatado pela totalidade das gestantes (100%) e pela maioria (76%) das puérperas.

Tabela 1 – Dados referentes aos relatos recordatório sobre a ocorrência de perdas urinárias (escapes) durante e após a gestação e os incômodos percebidos com os escapes de urina.

QUESTÕES	Durante a gestação				Após a gestação			
	SIM		NÃO		SIM		NÃO	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Escape de Urina	24	96	1	4	17	68	8	32
Incômodos para as AVDs	25	100	0	0	7	28	18	72

Fonte: Elaborado pela autora.

Tabela 2 – Dados referentes aos relatos recordatório sobre as características relacionadas à quantidade e frequência das perdas urinárias, durante e após a gestação.

QUESTÕES	Durante a gestação		Após a gestação	
	n	%	n	%
<b>Quantidade das perdas urinárias</b>				
Pouca quantidade	18	72	20	80
Média quantidade	7	28	5	20
<b>Frequência de perdas urinárias</b>				
1 a 2 x na semana	10	40	19	76
+ que 3 x na semana	3	12	3	12
Diariamente	12	48	3	12

Fonte: Elaborado pela autora.

Vale ressaltar um dado que expressa preocupação observado que indica a ocorrência de perdas urinárias após a gestação, onde não se possui mais o peso aumentado e a sobrecarga do útero gravídico.

Para as participantes que responderam à pesquisa foi enviado um *feedback*, em forma de vídeo informativo sobre incontinência urinária, utilizando dispositivo móvel, realizado pela autora. Disponível no URL: <https://youtu.be/hzJcOb0nSmE>, o vídeo obteve nove visualizações e três curtidas.

## 6 DISCUSSÃO

O objetivo deste estudo foi verificar os relatos de incontinência urinária em participantes do Projeto de Extensão “Gestação, Vida e Saúde, do Centro Universitário Sagrado Coração (UNISAGRADO), Bauru/SP.

Para o alcance do objetivo do presente estudo, os dados recordatórios sobre os relatos de incontinência urinária foram obtidos por meio do formulário *on line* na plataforma *Google forms*.

No presente estudo observou-se que a maioria relatou fortes desejos, urgência miccional e escapes (IU) durante a gestação. No entanto as recordações no período após a gestação também apontaram IU em gotas, com frequências de uma a duas vezes na semana.

Estudo publicado em 2017 relatam que a perda urinária durante e após a gestação podem estar relacionadas a alterações mecânicas e hormonais (ROCHA *et al.*, 2017).

Em relação ao incômodo da incontinência urinária, foi possível observar que (100%) das gestantes tiveram algum desconforto causado pela IU durante a gestação. Estudos nos mostram que a incontinência urinária tem influência sobre a qualidade de vida dessas mulheres, onde as mulheres ficam ansiosas e constrangidas, interferindo nas relações sociais, de lazer e nas atividades de vida diária (RETT *et al.*, 2014). Na revisão de literatura realizada por Almeida, Candido, Oliveira Netto (2020) concluíram que o conhecimento sobre a incontinência urinária (IU) em mulheres grávidas é ínfimo e que necessitam de muitos estudos para contemplar este tema.

Os resultados do presente estudo corroboram com os achados de Santini *et al.* (2019) que indicam que há uma alta prevalência de IU no período gestacional, merecendo destaque para a maior porcentagem de IU mista.

Em estudo epidemiológico, transversal, que entrevistou 288 mulheres com até seis meses de pós-parto, frequentadoras de um serviço de saúde do município de São Paulo, analisou a ocorrência de incontinência urinária autorreferida pela mulher no período pós-parto. Os resultados são semelhantes ao presente estudo e mostraram que, dentre as 71 mulheres autorreferidas como incontinentes, 20 (28%) relataram que a perda involuntária de urina interferia na sua vida diária; 38 (53,5%) eram primíparas; 277 mulheres (96%) não foram orientadas sobre o preparo do períneo na gestação ou no pós-parto. Verificou-se que, no pós-parto, as mulheres não informam sobre a ocorrência de incontinência

urinária ao profissional de saúde, e aquelas que o fazem, não recebem tratamento. A gestação e o pós-parto são momentos importantes para a prevenção desta morbidade (LOPES, PRAÇA, 2010).

Como limitação da pesquisa, pode-se citar a dificuldade em conseguir contato com as gestantes e achar artigos recentes em sobre incontinência urinária. Em relação aos aspectos positivos foi possível verificar que o questionário era rápido e de fácil entendimento onde conseguimos através dele identificar escapes de urina, ocorrência, frequência urinária e através desses resultados contribuir com profissionais da saúde, para as mulheres trazer informações sobre a prevenção da incontinência urinária e como procurar ajuda.

Para finalizar destaca-se que a fisioterapia exerce um papel fundamental na prevenção/tratamento da IU, com foco na musculatura do assoalho pélvico, através de exercícios de percepção corporal, cinesioterapia, *biofeedback*, cones vaginais, educação em saúde, entre outros, melhorando assim, a força muscular e resistência do AP, oferecendo a essas mulheres uma melhor qualidade de vida (DUARTE *et al.*, 2021).

## 7 CONCLUSÃO

Quando se iniciou o trabalho de pesquisa constatou-se que, as várias adaptações corpóreas ocorridas durante a gestação, com consequentes reflexos no sistema musculoesquelético, principalmente em nível de assoalho pélvico e a alta incidência de sintomas de incontinência urinária em gestantes, se faz importante para a compreensão e entendimento sobre os relatos de incômodos urinários de gestantes.

Diante disso a pesquisa teve como objetivo verificar incontinência urinária durante e após a gestação, corroborando com o objetivo da pesquisa, confirmou-se a ocorrência de incontinência urinária durante e após a gestação, nas mulheres que participaram do Projeto Gestação, vida e saúde no período de 2010 a 2018, através de um questionário respondido pelas participantes via *google forms*.

De acordo com os resultados obtidos na pesquisa e com as referências bibliográficas podemos concluir que há muitos casos de ocorrência da incontinência urinária durante e após a gestação e que essa condição traz prejuízos para o cotidiano dessas mulheres.

## REFERÊNCIAS

- ABRAMS, P. *et al.* The Standardisation of terminology in lower urinary tract function: report from the standardisation sub-committee of the international continence Society. **Elsevier Science INC**. v. 61 n. 1. p. 37-49, 2002. Disponível em: <https://www.goldjournal.net/action/showPdf?pii=S0090-4295%2802%2902243-4>. Acesso em: 21 de novembro de 2020.
- ALMEIDA, L.A.L.; CANDIDO, T.S.; OLIVEIRA NETTO, A. Conhecimento sobre a incontinência urinária e Fisioterapia em gestantes: Revisão de literatura. **Revista Intersaúde**, v. 1, n. 2, 2020. Acesso em 10 de novembro de 2021.
- ASHTON-MILLER, J.A.; DeLANCEY, J.O.L. Functional anatomy of the female pelvic floor. **Ann N Y Acad Sci**. 2007; 1101: 266-96. Disponível em: <https://doi.org/10.1196/annals.1389.034>. Acesso em 20 de novembro de 2021.
- ASLAN, D.; ASLAN, G.; YAMAZHAN, M.; ISPAHI, C.; TINAR, S. Voiding symptoms in pregnancy: An assessment with International Prostate Symptom Score. **Gynecol Obstet Invest**. 2003; v. 55, n. 1, p. 46-9. Acesso em 20 de novembro de 2020.
- BORBA, A. M. C. *et al.* Significado de ter incontinência urinária e ser incontinente na visão das mulheres. **Texto Contexto Enferm**. v. 17, n. 3, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/tce/v17n3/a14v17n3.pdf> . Acesso em 21 de novembro de 2020.
- DAVIS, K; KUMAR, D. Pelvic floor dysfunction: a conceptual framework for collaborative patient-centred care. **J Adv Nurs**, 2003; v. 43, n. 6, p. 555-68. Acesso em 21 de novembro de 2020.
- DUARTE, T. B. *et al.* Efeito do treinamento dos músculos do assoalho Pélvico na Prevenção de Incontinência Urinária na gestação: Revisão de Literatura. **Amazon Live Journal**. v. 3, n. 3, p. 1-11, 2021. Disponível em: <http://amazonlivejournal.com/wp-content/uploads/2021/06/EFEITO-DO-TREINAMENTO-DOS-MUSCULOS-DO-ASSOALHO-PELVICO-NA-PREVENCAO-DA-INCONTINENCIA-URINARIA-NA-GESTACAO-REVISAO-DE-LITERATURA.pdf>. Acesso em 25 de outubro de 2021.
- HEBERT, J. Pregnancy and childbirth: the effects on pelvic floor muscles. **Nurs Times**. 2009; v. 105, n. 7, p. 38-41. Disponível em: <https://www.nursingtimes.net/clinical-archive/continence/pregnancy-and-childbirth-the-effects-on-pelvic-floor-muscles-26-02-2009/>. Acesso em 21 de novembro de 2020.
- LOPES, D.B. M.; PRAÇA, N.S. Incontinência urinária autorreferida no pós-parto. **Texto contexto - enferm**. v. 19, n. 4, dez 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-07072010000400009>. Acesso em 21 de novembro de 2020.
- MAGAJEWSKI, F. R. L. *et al.* Prevalência de Incontinência Urinária em Primigestas em um hospital no Sul do Brasil. **Arq Catarin Med**. v. 42, n. 3, p. 54-58, 2013.

Disponível em: <http://www.acm.org.br/acm/revista/pdf/artigos/1244.pdf>. Acesso em: 28 de março de 2021.

MARTINS, J. A. P. Atenção a Gestante e a Puérpera no SUS-SP. **Manual Técnico do pré natal e puerpério**. Secretaria do Estado de São Paulo, 2010. Disponível em: [http://www.abenfosp.com.br/mt/manual\\_ses.pdf](http://www.abenfosp.com.br/mt/manual_ses.pdf). Acesso em 21 de novembro de 2020.

MOCCELLIN, A. S.; RETT, M. T.; DRIUSSO, P. Incontinência urinária na gestação: implicações na qualidade de vida. **Rev. Bras. Saude Mater. Infant.** v. 14, n. 2, p. 147-154, Apr-Jun 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1519-38292014000200004>. Acesso em 21 de novembro de 2020.

PAIVA, T. *et al.* Gravidez Ativa, Adaptações Fisiológicas e Biomecânicas durante a Gravidez e no Pós Parto, 2016. Disponível em: [https://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/1649/1/LIVRO-GRAVIDEZ-ATIVA-AFB-2016-e-book%20\(vf\).pdf](https://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/1649/1/LIVRO-GRAVIDEZ-ATIVA-AFB-2016-e-book%20(vf).pdf). Acesso em: 11 de fevereiro de 2021.

PEIXOTO, S. Manual de assistência pré-natal. 2. ed. São Paulo (SP): **Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia** (FEBRASGO), 2014. Disponível em: [file:///C:/Users/stefh/Downloads/304\\_Manual\\_Pre\\_natal\\_25SET%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/stefh/Downloads/304_Manual_Pre_natal_25SET%20(1).pdf). Acesso em 21 de novembro de 2020.

PICCININI, C. A.; GOMES, A. G.; NARDI, T.; LOPES, R. S.; Gestação e a constituição da maternidade. **Psicol. Estud.** v. 13, n. 1, p. 63-72, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/pe/v13n1/v13n1a07.pdf>. Acesso em 21 de novembro de 2020.

RETT, M. T. *et al.* Incontinência Urinária na gestação: Implicação na qualidade de vida. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infantil.** v. 14, n. 2, p. 147-154, abr/jun 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/k7Whb94dJPpz5wxBGt3gizK/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em 25 de outubro de 2021.

ROCHA, J. *et al.* Assessment of Urinary Incontinence in Pregnancy and Postpartum: Observational Study. **Revista Científica da Ordem dos Médicos.** v. 30, n. 7, p. 568-572, 2017. Disponível em: <file:///C:/Users/Stefhani%20Oliveira/Downloads/7371-28484-2-PB.pdf>. Acesso em 14 de setembro de 2021.

SANTINI, A.C.M.; SANTOS, E.S.; VIANNA, L.S.; BERNARDES, J.M. Prevalência e fatores associados à ocorrência de incontinência urinária na gestação. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.** v. 19, n. 4, Oct-Dec, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-93042019000400013>. Acesso em 25 de outubro 2021.

SCARPA, K.P.; HERRMANN, V.; PALMA, P.C.; RICCETTO, C.L.; MORAIS, S.S. Prevalence and correlates of stress urinary incontinence during pregnancy: a survey at UNICAMP Medical School, Sao Paulo, **Brazil. Int Urogynecol J.** 2006; v. 17, n. 3, p. 219-23. Acesso em 21 de novembro de 2020.

SCHREINER, L. *et al.* Risk Factors for Urinary Incontinence in Pregnancy: A Case Control Study. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet.** v. 42, n. 12, p. 787-792, jan 2021.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rbgo/a/ppwqfHCcNcLK69xMhvMC36H/?lang=en#>. Acesso em 21 de setembro de 2021.

THADHANI, R.; SHARON. M. Renal and urinary tract physiology in normal pregnancy. Jun.2017. Disponível em: [http://enjoypregnancyclub.com/wp-](http://enjoypregnancyclub.com/wp-content/uploads/2017/07)

[content/uploads/2017/07](http://enjoypregnancyclub.com/wp-content/uploads/2017/07)

[/Renal%20and%20urinary%20tract%20physiology%20in%20normal%20pregnancy.pdf](http://enjoypregnancyclub.com/wp-content/uploads/2017/07/Renal%20and%20urinary%20tract%20physiology%20in%20normal%20pregnancy.pdf)

. Acesso em 12 de fevereiro de 2021.

**APÊNDICE A: TEXTO PARA CONTATO NO WHATSAPP.**

**1ª mensagem:** Olá, me chamo Stefhani, sou aluna do quinto ano de Fisioterapia do Unisagrado. Estou realizando o trabalho de conclusão de curso com o objetivo de identificar perda involuntária de urina em gestantes, orientada pela Prof.a Dra. Marta Helena Souza De Conti. Gostaria de saber se você pode responder uma pergunta para uma pesquisa que estou fazendo.

Agradeço desde já!

**2º mensagem:** Durante a gravidez você teve alguma perda de urina (vazamento de xixi)? Pode ser bem pouquinho.

O questionário é rápido e objetivo e gostaria de contar com a sua colaboração em respondê-lo!

**3º mensagem:** Como você respondeu que sim, pode me ajudar respondendo este questionário? É rapidinho e fácil de responder por este link.

É só clicar nesta linha em azul.

Link do questionário:

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc40KMs2r6EuNQgywfKj8Upzk7KC5pcgV4E2mB0DBdrN4waVg/viewform>

## APÊNDICE B: TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

### PESQUISA: INCONTINÊNCIA URINÁRIA DURANTE A GESTAÇÃO: ESTUDO RECORDATÓRIO

Você está sendo convidada a participar desta pesquisa que vai analisar relatos de perda urinária (incontinência urinária) durante e após a gestação. Neste momento, seria apenas responder uns questionamentos por *WhatsApp* e por um questionário. Para responder o questionário você irá levar no máximo 10 minutos. Não precisa se identificar (não irá colocar o seu nome). Caso você aceite participar da pesquisa, você receberá o Termo de consentimento livre e esclarecido para ler, entender e se aceitar, assiná-lo. As pesquisadoras se comprometem a te explicar como funciona o *google forms*. Logo após, as pesquisadoras irão entrar em contato com você e te questionar se durante sua gestação, teve algum escape de urina. Se você responder que sim foi disponibilizado o questionário para responder. Destaca-se que a pesquisa oferece riscos mínimos de possíveis constrangimento ou desconforto ao responder as questões. Caso isso aconteça a pesquisadora responsável encaminhará a participante aos cuidados de saúde (na Clínica de Psicologia do Unisagrado). Porém, os pesquisadores foram orientados e treinados para minimizar este risco, ficando disponível para esclarecimentos durante toda a coleta de dados. As participantes não terão nenhum custo ou pagamentos com a pesquisa. Os benefícios em participar desta pesquisa, estão relacionados com a contribuição dos resultados para maior entendimento dos profissionais da saúde, quanto aos relatos de incontinência urinária durante a gestação. As pesquisadoras garantem o sigilo das informações coletadas. Toda informação foi confidencial e sua identidade não foi revelada, em nenhuma publicação desta pesquisa. A qualquer momento você estará livre para recusar ou desistir de participar neste estudo.

#### **Consentimento Voluntário.**

Eu certifico que li ou foi-me lido o texto de consentimento e entendi seu conteúdo. Uma cópia deste formulário *on line* ficará disponível para mim. Minha concordância foi por meio do clique na opção “concordo”, demonstrando que concordei livremente em participar deste estudo.

**Pesquisadora responsável:** Dra Marta Helena Souza De Conti - Telefone: (14) 98161-0400

E-mail: [marta.conti@unisagrado.edu.br](mailto:marta.conti@unisagrado.edu.br)

**Endereço completo e telefone:** Rua Eleazar Braga 0-160, Pederneiras, CEP: 17280-000.

**CEP - Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humano do UNISAGRADO**

Endereço –Rua Irmã Arminda 10-70– Jardim Brasil.

Fone: (14) 2107-7340

**APÊNDICE C: RECORDATÓRIO**

**Sobre episódios de Incontinência urinária (perda de urina em horas e locais inadequados). Por favor, responda:**

- 1) Durante a gestação você sentia fortes desejos de urinar?**  
 sim  não
- 2) Durante a gestação você tinha necessidade de ir várias vezes ao banheiro para urinar? Sua frequência em ir ao banheiro aumentou?**  
 sim  não
- 3) Durante a gestação você perdeu urina (escapes)?**  
 sim  não
- 4) Caso tenha respondido SIM, como eram estas perdas**  
 pouca quantidade- gotas  
 média quantidade – jato  
 grande quantidade – perda total
- 5) Durante a gestação com que frequência perdeu urina?**  
 nunca  
 1 a 2 vezes por semana  
 mais que 3 vezes por semana  
 diariamente
- 6) Durante a gestação você teve que fazer uso de protetores (absorvente, fraldas ou panos) durante gestação para conter a perda de urina?**  
 sim  não
- 7) Durante a gestação a perda de urina interferiu nas suas atividades de trabalho ou lazer?**  
 sim  pouco incômodo  muito incômodo  
 Não
- 8) Tem alguém na família (mãe, avó ou irmã) que perdeu urina durante a gestação?**  
 sim  não
- 9) Após a gestação ainda ficou com escapes de urina?**

sim  não

**10) Após a gestação - Caso tenha respondido SIM, como eram estas perdas**

pouca quantidade- gotas

média quantidade – jato

grande quantidade – perda total

**11) Após a gestação com que frequência perdeu urina?**

nunca

1 a 2 vezes por semana

mais que 3 vezes por semana

diariamente

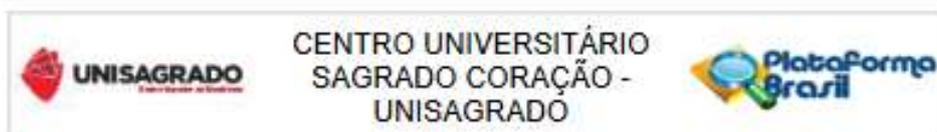
**12) Após a gestação a perda interferiu nas suas atividades de trabalho ou lazer?**

sim

não

Quais: \_\_\_\_\_

## ANEXO A- APROVAÇÃO COMITÊ DE ÉTICA



### PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

#### DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

**Título da Pesquisa:** RELAÇÃO ENTRE DIÁSTASE ABDOMINAL E INCONTINÊNCIA URINÁRIA DURANTE A GESTAÇÃO: ESTUDO RECORDATÓRIO.

**Pesquisador:** MARTA HELENA SOUZA DE CONTI

**Área Temática:**

**Versão:** 2

**CAAE:** 50921321.0.0000.5502

**Instituição Proponente:** Universidade do Sagrado Coração - Bauru - SP

**Patrocinador Principal:** Financiamento Próprio

#### DADOS DO PARECER

**Número do Parecer:** 4.952.837

#### Apresentação do Projeto:

O projeto está inserido na temática da saúde da mulher, investigação com mulheres que foram gestantes, e é uma proposta de trabalho de conclusão de curso. É descrito como estudo transversal, de análise quantitativa e caráter recordatório, envolvendo 39 mulheres, faixa etária entre 19 e 35 anos, participantes de Projeto de Extensão. As autoras esclarecem que a proposta atual é complementar ao estudo anteriormente realizado, ou seja, as participantes da pesquisa são conhecidas e serão novamente contactadas para uma investigação adicional. A técnica a ser aplicada será o questionário, via google forms.

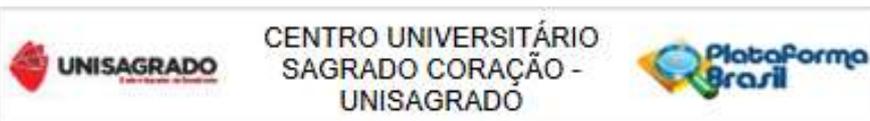
#### Objetivo da Pesquisa:

Os objetivos da pesquisa são descritos como "Verificar a relação entre a diástase abdominal e a incontinência urinária percebidas durante a gestação."

#### Avaliação dos Riscos e Benefícios:

As autoras do projeto de pesquisa descrevem os riscos relacionados à proposta como sendo "...a pesquisa oferece riscos mínimos de possíveis constrangimento ou desconforto ao responder as questões". Se de fato essas manifestações ocorrerem, as pesquisadoras se comprometem a encaminhar a participante "aos cuidados de saúde (Clínica de Psicologia do Unisagrado)". Além disso, é citado que os pesquisadores "serão orientados e treinados para minimizar este risco, ficando disponível para esclarecimentos durante toda a coleta de dados". Quanto aos benefícios,

**Endereço:** Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação  
**Endr:** Rua Imã Amália Nº 10-50 **Cep:** 17.011-160  
**UF:** SP **Município:** BAURU  
**Telefone:** (14)2107-7260 **E-mail:** cep@unisagrado.edu.br



Continuação do Parecer: 4.952.837

esses são descritos da seguinte maneira "...estão relacionados com a contribuição dos resultados para maior entendimento dos profissionais da saúde, quanto a possível relação entre a diástase abdominal e os relatos de incontinência urinária durante a gestação."

**Comentários e Considerações sobre a Pesquisa:**

Projeto de pesquisa de relevância clínica por proporcionar informações aos profissionais dessa área de interesse.

**Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:**

Os termos de apresentação obrigatória foram apresentados e estão de acordo com as exigências.

**Recomendações:**

Nada a declarar.

**Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:**

Projeto de pesquisa aprovado.

**Considerações Finais a critério do CEP:**

Projeto de pesquisa aprovado.

**Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:**

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Informações Básicas do Projeto	PB_INFORMAÇÕES_BÁSICAS_DO_PROJETO_1811038.pdf	03/09/2021 11:19:56		Aceito
Cronograma	CRONOGRAMA.pdf	03/09/2021 11:18:43	MARTA HELENA SOUZA DE CONTI	Aceito
Projeto Detalhado / Brochura Investigador	Projeto_reformulado.pdf	03/09/2021 11:18:12	MARTA HELENA SOUZA DE CONTI	Aceito
Outros	CARTA_RESPOSTA_AO_COMITE.pdf	03/09/2021 11:13:53	MARTA HELENA SOUZA DE CONTI	Aceito
TCLE / Termos de Assentimento / Justificativa de Ausência	TCLE_reformulado.pdf	03/09/2021 11:11:24	MARTA HELENA SOUZA DE CONTI	Aceito
Folha de Rosto	folha_de_Rosto.pdf	18/08/2021 11:26:41	MARTA HELENA SOUZA DE CONTI	Aceito

**Situação do Parecer:**

Aprovado

Endereço: Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação  
 Bairro: Rua Irmã Aminda Nº 10-50      CEP: 17.011-180  
 UF: SP      Município: BAURU  
 Telefone: (14)2107-7260      e-mail: cep@unisagrado.edu.br