



# **IV JORNADA DE FISIOTERAPIA HCPA | UFRGS**

---

Anais da IV Jornada de Fisioterapia HCPA | UFRGS

27 e 28 de outubro de 2017

ISBN 978-85-9489-112-9





**IV JORNADA DE  
FISIOTERAPIA  
HCPA | UFRGS**

Anais

IV Jornada de Fisioterapia HCPA | UFRGS

27 e 28 de outubro de 2017

ISBN 978-85-9489-112-9

Porto Alegre  
2017



HOSPITAL DE  
CLÍNICAS  
PORTO ALEGRE RS





Este trabalho está licenciado com uma Licença [Creative Commons - Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).

### **Organização**

Curso de Fisioterapia  
Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS  
Serviço de Fisioterapia  
Hospital de Clínicas de Porto Alegre - HCPA

### **Coordenação**

Paula Maria Eidt Rovedder  
Graciele Sbruzzi

### **Diagramação dos Anais**

Ana Paula Goularte Cardoso

ISBN 978-85-9489-112-9

## **DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)**

Jornada de Fisioterapia HCPA/UFRGS (4.: 2017 : Porto Alegre, RS) .

Anais da IV Jornada de Fisioterapia HCPA/UFRGS. [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul; Serviço de Fisioterapia do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, 2017.

ISBN: 978-85-9489-112-9

1. Fisioterapia. 2. Reabilitação. 3. Reabilitação pulmonar.

I. Rovedder, Paula Maria Eidt, coord. II. Sbruzzi, Graciele, coord.  
III. Título.

## PREVALÊNCIA DA PRÁTICA DE EXERCÍCIO FÍSICO E INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA GESTAÇÃO

Bianca Andrades, Isadora Postiglioni, Maria Joanna Burigo Trento, Luciana Laureano Paiva, Lia Ferla, José Geraldo Lopes Ramos, Cássia Colla

Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). Porto Alegre, RS, Brasil.

**Introdução:** A gestação pode provocar alterações funcionais no assoalho pélvico em decorrência de fatores mecânicos e hormonais, como a incontinência urinária. O exercício físico de intensidade moderada preserva a força muscular e proporciona inúmeros benefícios para a saúde da mulher. Na gestação saudável, os exercícios podem e devem ser recomendados.

**Objetivo:** Identificar a prevalência da incontinência urinária e da prática de exercício físico durante a gestação.

**Métodos:** O estudo apresenta um delineamento observacional transversal. Foram incluídas 215 puérperas durante a internação pós-parto no Hospital de Clínicas de Porto Alegre. As puérperas foram avaliadas durante a internação hospitalar até 48 horas após o parto, por meio de uma ficha de anamnese, que continha questões sobre a prática de exercício físico e ocasiões de perda urinária durante a gestação.

**Análise Estatística:** O cálculo amostral resultou em 215 participantes, das quais os dados foram expressos por frequência. A análise estatística foi realizada através do programa *Statistical Package for Social Sciences* (SPSS).

**Resultados:** A média de idade entre as participantes foi 26,91 anos e a média do Índice de Massa Corporal foi de 30,40, sendo que a maioria (54,9%) apresentou sobrepeso ou obesidade para o período gestacional. 20% das participantes praticavam algum tipo de atividade física, dentre elas 17,7% realizavam caminhada, 1,4% praticavam musculação, 0,5% pilates e 0,5% dança. Nenhuma gestante praticava treinamento para fortalecimento da musculatura do Assoalho Pélvico. Entre as participantes avaliadas, 53% apresentaram episódios de perda urinária durante a gestação, sendo 34,9 % incontinência urinária de esforço; 7,4% de urgência; 3,7% incontinência mista com predomínio de urgência e 7% mista com predomínio de esforço.

**Conclusão:** o estudo mostrou que há pouca prática de atividade física regular durante a gestação na população avaliada, e mais da metade das puérperas participantes do estudo apresentaram episódios de incontinência urinária durante este período.

**Palavras-chave:** Exercício físico; Gestação; Incontinência urinária.