Le donne obese con incontinenza urinaria devono perdere peso

Data 22 settembre 2009
Categoria urologia

La perdita di peso riduce gli episodi di incontinenza urinaria nelle donne obese ed aumenta la loro soddisfazione.

In questo studio sono state reclutate 338 donne sovrappeso ed obese (età media 53 anni; 19% di razza nera; BMI medio al baseline: 36). Le pazienti sono state randomizzate a sei mesi di programma intensivo per perdere peso oppure ad un programma educazionale. Inoltre le donne dovevano compilare un diario minzionale sia al baseline che al follow-up.
All'inizio le pazienti riportavano in media 10 episodi di incontinenza urinaria alla settimana. A sei mesi le donne randomizzate al programma intensivo avevano ottenuto una perdita di peso dell'8% rispetto all'1,6% del gruppo controllo. Gli episodi di incontinenza urinaria diminuirono rispettivamente del 47% e del 28% rispetto al baseline e del 58% vs 33% per quanto riguarda l'incontinenza da stress.
La soddisfazione delle pazienti per la loro incontinenza urinaria risultava essesre statisticamente maggiore nel gruppo randomizzato a programma intensivo.

Fonte:

Subak LL et al. Weight loss to treat urinary incontinence in overweight and obese women. N Engl J Med 2009 Jan 29; 360:481.

Commento di Renato Rossi

In una pillola precedente, dedicata all'incontinenza urinaria, scrivevamo che la perdita di peso potrebbe ridurre gli episodi di perdita involontaria di urina nelle donne obese . Anche se ragionevole questo assunto non era mai stato provato in uno studio clinico randomizzato e controllato disegnato ad hoc.
Il trial qui recensito colma questa lacuna e suggerisce che la perdita di peso nelle donne obese con incontineza urinaria è effettivamente utile. Oltretutto la perdita di peso comporta anche altri benefici sulla salute, sia metabolici che cardiovascolari. E' noto, tuttavia, che perdere peso e soprattutto mantenere i risultati raggiunti è molto difficile nel lungo periodo per cui un supporto continuo da parte del medico e di altre figure professionali può essere di aiuto.

Referenze

1.http://www.pillole.org/public/aspnuke/news.asp?id=4236