

EDITAL DE INSCRIÇÃO (RESUMO EXPANDIDO) - PROGRAMA DE
INICIAÇÃO CIENTÍFICA (PIBIC)

**PERFIL URINÁRIO, RENAL E SUAS CORRELAÇÕES COM HÁBITOS E
ESTILO DE VIDA DE MULHERES DE 18 A 30 ANOS**

Rafaelle Nogueira De Sousa (rafaelle.nogueirasousa@gmail.com)

Júlia Calipo (jucalipo04@gmail.com)

Evandro Milton Rodrigues (evandro.rodrigues@metodista.br)

Thalma Ariani Freitas (thalma.freitas@metodista.br)

Maria Aparecida Ribeiro Da Cruz Rodrigues Itiuba (maria.itiuba@metodista.br)

Juliana Risso Pariz (juliana.pariz@metodista.br)

PERFIL URINÁRIO, RENAL E SUAS CORRELAÇÕES COM HÁBITOS E
ESTILO DE VIDA DE MULHERES DE 18 A 30 ANOS

A avaliação da função renal é um dos mais antigos desafios da medicina laboratorial. Muitos avanços foram realizados nesse campo desde a primeira dosagem de creatinina no sangue periférico. A urinálise avalia a função renal através da urina e diagnóstico mais eficaz para o paciente, como o desempenho da filtração glomerular e possíveis alterações e patologias neuróticas, uma vez que os rins possuem essencial papel na homeostasia e manutenção da saúde. O estilo de vida pode exercer influência direta sobre diversos parâmetros de saúde, destacando-se fatores como hábitos viciantes: tabagismo, etilismo, sobrepeso associado ao consumo frequente de alimentos

industrializados e sedentarismo, configurando-se como uma problemática de saúde global. Nesse contexto, o presente estudo tem como objetivo avaliar o perfil urinário e renal de mulheres entre 18 e 30 anos, e suas correlação com hábitos e estilo de vida. A pesquisa bibliográfica iniciou-se em agosto de 2024, com a elaboração do projeto e sua submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa (parecer nº 7.300.588), aprovado em dezembro do mesmo ano. Entre fevereiro e julho de 2025, as participantes foram convidadas de forma online e presencial a participar voluntariamente do estudo. Os critérios de inclusão para o estudo foram: mulheres (sexo biológico feminino) com faixa etária entre 18 a 30 anos ($22,5 \pm 3,30$), assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, preenchimento completo do formulário online via Google Forms® e doação de uma amostra de urina. Foram analisadas 32 amostras coletadas em frascos coletores estéreis no laboratório multidisciplinar da Universidade Metodista de São Paulo, campus Rudge Ramos, seguindo as diretrizes da NBR 15268:2025 e da Sociedade Brasileira de Patologia Clínica. A análise estatística foi conduzida nos softwares Microsoft Excel® e Jamovi®, utilizando estatísticas descritivas (média e desvio padrão) para dados numéricos e análise categórica, além do teste t de Student, adotando nível de significância de $p < 0,005$. Os resultados foram obtidos a partir da análise das respostas do formulário contendo 51 (cinquenta e uma) perguntas acerca do estilo de vida e hábitos das participantes e da análise físico-química com tira reagente (Wama Diagnóstica®) e sedimentoscopia (análise de urina tipo 1), sendo considerado um volume mínimo de 10 mL ($45,8 \pm 17,8$) e abstinência urinária por pelo menos 2h antes da coleta. O formulário contemplou questões relacionadas à frequência de consumo de diferentes alimentos e bebidas, incluindo a ingestão diária de água, bem como o consumo semanal de refrigerantes e bebidas estimulantes (energéticos e café), além de dados pessoais como idade e nome, posteriormente codificados numericamente para garantir o anonimato das participantes. Os dados de frequência semanal do questionário de hábitos e estilo de vida demonstraram baixa frequência de atividade física ($1,09 \text{ x/semana} \pm 1,84$), alto consumo de alimentos industrializados ($3,34 \text{ x/semana} \pm 1,31$), refrigerante ($0,836 \text{ L/semana} \pm 0,646$), carboidratos ($4,38 \text{ x/semana} \pm 1,13$) e doces ($3,53 \text{ x/semana} \pm 1,44$) observado na fita reativa de uma participante em níveis elevados de glicose (1000 mg/dL), indicativo para acompanhamento médico. Além do consumo de carne vermelha ($3,09 \text{ x/semana} \pm 1,17$), que apresentou correlação com a presença de proteínas na urina (68,8% das participantes). Observou-se que a ingestão média de água

(0,992 L/dia $\pm$ 0,464) esteve abaixo das recomendações para saúde renal, 2,7 L/dia para mulheres adultas sedentárias e 4,6 L/dia para aquelas que praticam atividade física moderada. Apesar disso, não foram evidenciadas alterações relevantes na fita reativa, contudo, o histórico de infecções urinárias mostrou-se expressivo, sendo relatado por 56,3% das participantes, enquanto 43,8% negaram episódios anteriores. Observou-se que o grupo que autorrelatava infecção de urina consumia uma média de 0,770 ml de água ($p < 0,002$). Os parâmetros mais observados na análise físico-química foram: pH ácido (6,06 $\pm$ 0,354), cor amarelo citrino (87,5%) e aspecto ligeiramente turvo (78,5%). Após centrifugação a sedimentoscopia apresentou 50% de presença de células epiteliais (>2000 cel/mL), 43,8% de leucócitos (4281 ± 5980 leuc/ mL) e 6,3% de hemácias (1344 ± 1405). Com este estudo concluiu-se que na população avaliada há uma predileção por alimentos industrializados, refrigerante e carnes vermelhas, além de um baixo consumo de água, frutas, vegetais e atividade física. Considera-se que hábitos como baixa ingestão hídrica e redução da frequência miccional possam, ao longo dos anos, comprometer a saúde renal, o que é indicado pela presença recorrente de células epiteliais e leucócitos nas amostras.

Palavras chave: Urina, Saúde, Mulheres, Hábitos e Estilo de vida.

Referências:

Associação Brasileira de Normas Técnicas (ABNT). ABNT NBR 15268:2025 – Exame de Urina: Requisitos de Qualidade e Competência. 2 ed. Rio de Janeiro: Abnt, 2025. p.70 . Disponível em: <https://pncq.org.br/abnt-nbr-152682025-exame-de-urina-requisitos-de-qualidade-e-competencia/>.

FONSECA, F. L. A. et al. Análise de leucócitos em urina de pacientes com uroculturas positivas. Revista Brasileira de Análises Clínicas, Santo André, v. 48, n. 3, p. 258-261, out. 2016. Disponível em: <https://www.rbac.org.br/wp-content/uploads/2016/11/RBAC-48-3-2016-completa-corrigida-22.11.16-final.pdf>. Acesso em: 22 ago. 2025.

KANUF, V. S.; OLIVEIRA, E. C. A.; BORGES, G. H. O. C.; GOMES, A. C. B.; SILVA, J. M. L. da; BASTOS, C. S.; ARRUDA, J. T. A influência do estilo de vida e hábitos alimentares no perfil nutricional de estudantes de medicina e outros acadêmicos da área de saúde. *Revista de Medicina*, São Paulo, Brasil, v. 1, n. 103, p. e-215543, 2024. DOI: 10.11606/issn.1679-9836.v103i1e-215543. Disponível em: <https://revistas.usp.br/revistadc/article/view/215543>.. Acesso em: 21 ago. 2025.

KRETZLER, M.; COHEN, C. D. Integrative Biology of Renal Disease: Toward a Holistic Understanding of the Kidney's Function and Failure. *Seminars in Nephrology*, v. 30, n. 5, p. 439–442, set. 2010. DOI: 10.1016/j.semnephrol.2010.07.001.

MILANI, Daniel A. Queremel; JIALAL, Ishwarlal. *Urinalysis*. Bogotá: Statpearls Publishing, 2023. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557685/>. Acesso em: 19 ago. 2025.

Sociedade Brasileira de Parasitologia Clínica (SBPC). *Recomendações da Sociedade Brasileira de Parasitologia Clínica/ Medicina Laboratorial: Boas Práticas em Laboratório Clínico*. Barueri: Manoele Ltda, 2020. p. 592. Disponível em: <https://bibliotecasbpc.org.br/pags/view.archive.php?ID=2762&PATH=pdf>. Acesso em: 18 ago. 2025.

World Health Organization. *Domestic water quantity, service level and health*. 2. ed. Geneva: World Health Organization, 2020. p. 76. Disponível em: <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/338044/9789240015241-eng.pdf?sequence=1>. Acesso em: 18 ago. 2025.

Palavras-chave: urina; saúde; mulheres; hábitos e estilo de vida.