

**Dans cette étude ont été suivis pendant 4 ans 1 768 hommes (d'âge moyen de 72 ans) qui ne présentaient pas de troubles urinaires du bas appareil à l'inclusion.**

Quatre ans plus tard, 31 % d'entre eux présentaient un trouble urinaire. L'analyse multivariée montre que les hommes en surpoids (IMC compris entre 25 et 29,9) ont un risque de trouble urinaire augmenté de 30 % et les hommes obèses (IMC > 30) ont un risque augmenté de 50 % par rapport aux hommes n'ayant pas de surpoids. Par ailleurs, pour les hommes dont l'activité physique est la plus grande, le risque de troubles urinaires du bas appareil est diminué de 30 %, et pour ceux qui marchent tous les jours, le risque est diminué de 20 % par rapport aux sédentaires, indépendamment de l'IMC. Les auteurs concluent que l'exercice physique est un moyen de prévention des troubles urinaires du bas appareil, de même que le maintien d'un poids normal.

Univadis, Dr Emmanuel Cuzin (23/06/2011)