



## Contribuições da Fisioterapia na Incontinência Urinária em Gestantes

### Autor(res)

Luiz Henrique Alves Dos Santos  
Tatiane Cardoso Da Silva Braga  
Pablo Fraga Alexandre  
Victor Martins Aguilar Escobar  
Lysleine Alves De Deus  
Lucas Prestes  
Denise Utsch Teixeira  
Lorena Cruz Resende  
Diego De Carvalho Maia

### Categoria do Trabalho

3

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

A gestação representa um período ímpar na vida da mulher, marcado por diversas transformações físicas e hormonais que podem impactar o corpo de variadas maneiras. Entre as questões de saúde frequentemente enfrentadas durante a gestação, a incontinência urinária desponta como uma condição comum, porém muitas vezes subestimada e negligenciada tanto pelas gestantes quanto pelos profissionais de saúde.

Durante a gravidez, uma série de fatores contribui para o surgimento da incontinência urinária. O aumento da pressão sobre a bexiga devido ao crescimento do útero, as mudanças hormonais que afetam a musculatura do assoalho pélvico e a maior demanda sobre o sistema urinário são alguns dos principais elementos envolvidos nesse quadro.

Nesse contexto, a fisioterapia emerge como uma importante aliada no manejo da incontinência urinária em gestantes, como também, no controle urinário e oferecer orientações sobre hábitos de vida saudáveis que podem minimizar esse problema.

### Objetivo

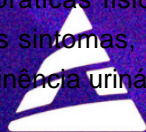
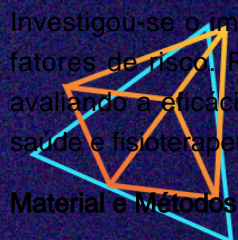
Investigou-se o impacto da incontinência urinária na qualidade de vida das gestantes, identificando causas e fatores de risco. Revisou-se a literatura sobre práticas fisioterapêuticas no tratamento durante a gestação, avaliando a eficácia dessas práticas no alívio dos sintomas, para propor recomendações para profissionais de saúde e fisioterapeutas no manejo eficaz da incontinência urinária.

### Material e Métodos

O presente trabalho adotou o método de Revisão Bibliográfica, uma abordagem qualitativa e descritiva que teve como objetivo analisar e sintetizar informações disponíveis na literatura acadêmica sobre o tema da incontinência



# 3<sup>a</sup> MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera



urinária em gestantes e as práticas de fisioterapia relacionadas ao seu alívio. A pesquisa foi delimitada aos artigos publicados nos últimos dez anos, garantindo que as informações utilizadas estejam atualizadas e reflitam as práticas de fisioterapia mais recentes para o tratamento da incontinência urinária em gestantes.

A busca por fontes acadêmicas relevantes foi conduzida em bases de dados científicos amplamente reconhecidos, tais como Scielo, Google Scholar, bem como em acervos de bibliotecas virtuais, como a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A análise dos artigos selecionados foi conduzida de forma crítica, com ênfase na identificação de técnicas e abordagens que tenham demonstrado eficácia no alívio da incontinência urinária em gestantes.

### Resultados e Discussão

As principais causas e fatores de risco associados à incontinência urinária em gestantes são diversos e podem incluir alterações fisiológicas durante a gestação, como o aumento do tamanho do útero que exerce pressão sobre a bexiga, reduzindo sua capacidade de armazenamento de urina (ANDRADE, 2021).

Para além disso, Souza e Medeiros (2021), cita acerca das práticas de fisioterapia no alívio da incontinência urinária em gestantes, respondendo diretamente aos objetivos do estudo. Os autores identificaram as melhores práticas na literatura científica, destacando o fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico através de exercícios específicos, como os exercícios de Kegel, como uma estratégia eficaz.

Esses resultados corroboram a importância da fisioterapia como uma intervenção terapêutica efetiva para tratar a incontinência urinária durante a gestação, atendendo ao objetivo de analisar a eficácia das práticas de fisioterapia

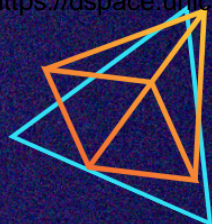
### Conclusão

Conclui-se que, com base nos resultados obtidos, sugere-se que futuros estudos na academia foquem em áreas como a avaliação da eficácia a longo prazo das intervenções fisioterapêuticas, a comparação entre diferentes abordagens de tratamento e a identificação de fatores de risco adicionais para a incontinência urinária em gestantes. Isso ajudará a expandir ainda mais o conhecimento sobre o assunto e aprimorar as práticas clínicas no tratamento dessa condição comum durante a gestação.

### Referências

ANDRADE, Débora Coelho de. Importância do fortalecimento do assoalho pélvico e gestantes. Monografia (Bacharelado em fisioterapia), UniAGES: 1(2):21-24, Paripiranga. 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/handle/ANIMA/13856>. Acesso em: 05 de mar de 2024.

SOUZA, Karolina. Costa; MEDEIROS, Mayanny. Abordagem fisioterapêutica na incontinência urinária durante a gestação: uma revisão sistemática. Monografia (Bacharelado em Fisioterapia). Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos. Uniceplac. 2(4):19-32. 2021. Disponível em: <https://dspace.uniceplac.edu.br/handle/123456789/1884>. Acesso em: 05 de mar de 2024.



Anhanguera