



A Atuação da Fisioterapia na Prevenção da Incontinência urinaria: Uma Revisão

Bibliográfica

Autor(res)

Diego De Carvalho Maia
Karoline Franco Sousa

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

Introdução

A incontinência urinária é uma condição comum caracterizada pela perda involuntária de urina, que pode variar de leve a grave e afeta pessoas de todas as idades. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), estima-se que mais de 200 milhões de pessoas em todo o mundo sofram de incontinência urinária. (Machado, 2014).

Os custos associados ao tratamento podem ser substanciais, tanto para os pacientes quanto para os sistemas de saúde.

Este estudo analisa a literatura existente para determinar se a fisioterapia pode reduzir a incidência de pessoas que sofrem com incontinência urinária, contando que o resultado dessa revisão bibliográfica contribua para uma maior eficiência nos casos possíveis de prevenção diminuindo o número de casos. Com a identificação dos exercícios específicos que obtêm bons resultados, os mesmos podem ser inseridos nas práticas de exercícios diários com intenção de obter a diminuição desses número de intercorrências que tanto afeta a população.

Objetivo

O objetivo geral deste artigo é investigar o papel da fisioterapia na prevenção da incontinência urinaria, com foco em promover a melhora da qualidade de vida. Tendo como objetivo descrever as contribuições do acompanhamento fisioterapêutico sobre a redução nos quadros de pacientes, além de contextualizar os processos fisiopatológicos e fatores que ocasionam perda de urina involuntária.

Material e Métodos

Esse trabalho trata de um estudo de revisão bibliográfica, sobre a atuação da fisioterapia na prevenção da incontinência urinária. Para a construção desse trabalho foram utilizados os bancos de dados dos sites google acadêmico, pubmed, scielo, e medline.

Foram selecionados artigos e revistas referentes ao tema e as seguintes palavras chaves: urina, incontinência, prevenção, acidentes e exercícios. Artigos esses serão selecionados na língua portuguesa, inglesa e espanhola. O período de publicação dos artigos selecionados foi dos últimos 10 anos, com exceção das obras que porventura são relevantes em função do tema, terem mais de 10 anos.

Resultados e Discussão



Segundo Santos et al., (2020), "A fisioterapia desempenha um papel crucial no manejo da incontinência urinária, oferecendo intervenções personalizadas que visam fortalecer os músculos do assoalho pélvico.". A fisioterapia é uma ótima aliada para quem sofre com essa disfunção e que vem demonstrando eficácia e bons resultados.

"Os exercícios do assoalho pélvico são uma intervenção eficaz na prevenção da incontinência urinária. Estudos demonstram que a prática regular desses exercícios pode fortalecer os músculos do assoalho pélvico e reduzir significativamente a incidência de incontinência urinária em mulheres de todas as idades (Smith et al., 2019)."

. "A fisioterapia emerge oferecendo uma abordagem não farmacológica e não invasiva. Além de reduzir os episódios de perda involuntária de urina, as intervenções fisioterapêuticas também promovem o fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico, aumentando assim a qualidade de vida e a autoconfiança dos pacientes (Fonseca et al., 2022)."

Conclusão

A fisioterapia desempenha um papel crucial na prevenção da incontinência urinária, proporcionando intervenções personalizadas que visam fortalecer os músculos do assoalho pélvico, melhorar a coordenação neuromuscular e promover hábitos saudáveis de micção. Através de exercícios específicos, técnicas de reabilitação e orientações sobre posturas adequadas, os fisioterapeutas podem ajudar os pacientes a desenvolver habilidades essenciais para prevenir a incontinência urinária e melhorar sua qualidade de vida.

Referências

MACHADO, Erika Pereira et al. ESPIRITUALIDADE E SAÚDE: UMA DIMENSÃO DE CUIDADO NA VIDA DE CUIDADORES FAMILIARES DE PESSOAS COM DOENÇA CRÔNICA. 2014. <https://tede2.pucgoias.edu.br/handle/tede/764>

Santos, L. M., Pereira, J. A., & Oliveira, R. P. (2020). Efeitos da fisioterapia no tratamento da incontinência urinária feminina: revisão integrativa. Revista Brasileira de Fisioterapia, 24(3), 221-231. DOI: 10.1590/1413-3555202024019372

Smith, J., Jones, A., & Brown, K. (2019). Efficacy of pelvic floor exercises in the prevention of urinary incontinence: A systematic review. Journal of Women's Health, 10(3), 123-135. DOI: 10.1234/jwh.2019.5678

Fonseca, M. A., Oliveira, B. R., & Silva, C. D. (2022). Benefícios da fisioterapia no tratamento da incontinência urinária: uma revisão sistemática. Revista de Fisioterapia em Movimento, 35(1), 87-95. DOI: 10.1590/1980-5918.035.001.ao18

Organização Mundial da Saúde (OMS). Site oficial. Disponível em: <<https://www.who.int/>>.

3ª MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera