Exercícios terapêuticos na incontinência urinária

Autor(res)

Érika Guerrieri Barbosa
Thayna Rodrigues Barbieri
Ana Luiza Campos De Morais Alves
Karoline Da Silva Abreu
Carlos Cássio Lacerda
Fabrícia Roberta De Andrade Sousa Dias

Categoria do Trabalho

1

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

EXERCÍCIOS TERAPÊUTICOS NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA
ANA LUIZA CAMPOS
THAYNA BARBIERI
CARLOS C LACERDA
FABRÍCIA ROBERTA DIAS
KAROLINE DA S ABREU
INSTITUIÇÃO
Faculdade Anhanguera - Unidade Governador Valadares/MG
PALAVRAS-CHAVE: Incontinência urinária, Cinesioterapia, Assoalho pélvico, Tratamento
INTRODUÇÃO
A incontinência urinária é multifatorial. Causa um imenso impacto sobre a qualidade de vida das pessoas, desde perdas pequenas e circunstanciais de urina até perdas imediatas e abundantes. A perda urinária é anormal e pode acontecer com indivíduos de qualquer faixa etária. ZAIDAN DE BARROS, 2019.
OBJETIVO
Realizar revisão literária dos efeitos de exercícios terapêuticos na IU, contribuindo para eficácia e melhora na qualidade de vida da população .
MATERIAIS E MÉTODOS
Realizado uma busca, reunindo ensaios clínicos randomizados publicados no período de 2019 à 2024, em língua portuguesa, na BVS (Biblioteca Virtual em Saúde).
RESULTADOS E DISCUSSÃO
Segundo CAVENAGHI, 2020, o sexo feminino é o mais atingido, devido a deficiência de estrogênio, que tem um grande suporte de controle da pelve e síntese de degradação do colágeno. A fisioterapia como tratamento para IU, baseia-se no treino de normalização do tônus dos músculos pélvicos, e percepção corporal, utilizando recursos como cinesioterapia e eletroterapia.
De acordo com MALINAUSKAS, 2022, em cada protocolo fisioterapêutico, foram aplicados exercícios de

fortalecimento do assoalho pélvico. E também realizado alguns procedimentos de eletroestimulação, voltados para os MAP, posicionando os eletrodos na direção do Nervo Tibial Posterior.

CONCLUSÃO

Com os protocolos da cinesioterapia, constatamos a eficiência no tratamento da IU, devolvendo às pessoas a funcionalidade devida dos músculos do assoalho pélvico, com exercícios e fortalecimentos diários, e a melhora na qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

ZAIDAN DE BARROS, Patrícia; BEZZERA DA SILVA, Elirez. A efetividade da fisioterapia pélvica para a vida diária de pacientes com incontinência urinária: estudo experimental pragmático retrospectivo. Fisioterapia Brasil, v. 20, n. 4, 2019.

CAVENAGHI, Simone et al. Efeitos da fisioterapia na incontinência urinária feminina. Rev. Pesqui. Fisioter, p. 658-665, 2020.

MALINAUSKAS, Ana Paula; TORELLI, Luiza. Atuação da fisioterapia na incontinência urinária em mulheres na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. Revista Baiana de Saúde Pública, v. 46, n. 2, p. 171-183, 2022.