IMPACTO DA ABORDAGEM FISIOTERAPÊUTICFA EM MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA ÀSAÚDE: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Autor(res)

Ariana Giacomini Da Fonseca Moura
Gabriely Correia Chagas
Gabriele De Almeida Pereira
Emily Garcia Dias
Nathalia Azevedo
Geovana Monteiro Dos Santos
Gregory Gonçalves Rocha

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

UNOPAR / ANHANGUERA - ARAPONGAS

Introdução

A incontinência urinária em mulheres é uma condição bastante comum, especialmente com o avanço da idade, gravidez, parto e menopausa. Trata-se da perda involuntária de urina, que pode variar de pequenos escapes ocasionais até uma perda mais significativa e frequente. Pode ser classificada em IU de esforço, IU de urgência, IU mista ou IU por transbordamento. É uma condição comum entre mulheres, especialmente após a menopausa. Segundo Souza e Gomes (2023), a IU ainda é pouco diagnosticada devido à percepção errônea de que se trata de uma condição natural do envelhecimento. Essa visão equivocada contribui para a negligência no diagnóstico e tratamento da doença, apesar de seu forte impacto na qualidade de vida. A fisioterapia pélvica surge como alternativa eficaz e bem aceita entre as pacientes, promovendo alívio dos sintomas e melhora da funcionalidade miccional (DE MENEZES et al., 2021).

Objetivo

Esse trabalho tem como principal objetivo analisar os principais fatores de risco da incontinência urinária feminina e compreender os impactos psicossociais da condição, além de avaliar a eficácia da fisioterapia pélvica como abordagem terapêutica conservadora.

Material e Métodos

Este estudo consiste em uma revisão bibliográfica baseada em literatura científica nacional recente, publicada entre 2021 e 2024. Foram consideradas publicações indexadas em periódicos acadêmicos nas áreas de saúde da mulher e fisioterapia, com ênfase em intervenções conservadoras para IU. Os critérios de seleção incluíram relevância clínica, atualidade e relação direta com os temas de fisioterapia pélvica e qualidade de vida. Foram encontrados 13 artigos, deles selecionados 3 artigos para a amostra de acordo com os critérios de inclusão e

ISBN 978-65-01-54084-9

exclusão

Resultados e Discussão

É sabido que os exercícios do assoalho pélvico (de Kegel), fisioterapia pélvica, mudanças de estilo de vida, uso de medicamentos, dispoditivos vaginais (como o pessário) e cirurgias são ferramentas de tratamento. Mas de acordo com DE MENEZES et al. (2021), a fisioterapia pélvica apresenta resultados expressivos na redução da perda urinária e na melhora da autoestima, autonomia e bem-estar social das pacientes. Além disso, França & Livramento (2023) destacam a relação direta entre o fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico e a diminuição dos sintomas urinários. Os exercícios específicos, quando bem orientados, possibilitam controle miccional e redução dos episódios de incontinência, sendo a fisioterapia uma alternativa de baixo custo, não invasiva e eficaz. Embora todos os estudos selecionados mostrassem resultados positivos quanto à intervenção fisioterapeutica na IU, todos abordaram a patologia com exercícios terapêuticos, ou seja, recursos simples, baixo custo e que não requerem tecnologia. Isso significa ainda que são facilmente aplicáveis dentro da APS.

Conclusão

A incontinência urinária feminina, embora frequentemente negligenciada, é uma condição tratável. A fisioterapia pélvica tem se mostrado efetiva no controle dos sintomas, contribuindo para a qualidade de vida das mulheres. A conscientização, aliada ao fortalecimento do assoalho pélvico, representa um avanço importante no tratamento não invasivo da IU. No entanto, em muitos pequenos municípios, há falta de fisioterapeutas especializados na Saúde da Mulher. Em Arapongas-PR, o Centro Integrado de Saúde da Mulher (CISAM) oferece tratamento fisioterapêutico para mulheres com IU e outros diagnósticos.

Referências

DE MENEZES, Mylena et al. Os benefícios da fisioterapia pélvica para mulheres com incontinência urinária. Revista Cathedral, v. 3, n. 2, p. 48-55, 2021.

FRANÇA, Daniela; LIVRAMENTO, Bruna. Assoalho pélvico e sua relação com a incontinência urinária: causa e tratamento fisioterapêutico. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences, 2023.

SANTOS, M.O. Avaliação da qualidade de vida de mulheres diferentes tipos de incontinência urinária. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de São Paulo, 2024.

SOUZA, Júlia Duarte de; GOMES, Cristiano Mendes. Incontinência urinária. 2023.

ISBN 978-65-01-54084-9