O uso de cones vaginais como recurso fisioterapêutico no tratamento das disfunções uroginecológicas

Autor(res)

Ana Carolina Lino Silvério
Bruna Faria Ramos
Rafaella Mendes De Paiva
Gabrielle Teixeira Santos
Cinthia Arantes Belizario
Allana Vitória Almeida Gonçalves

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA

Introdução

As disfunções do assoalho pélvico, como incontinência urinária, fecal e prolapsos, afetam a qualidade de vida de muitas mulheres e estão ligadas a fatores como envelhecimento, gravidez e alterações hormonais. O tratamento fisioterapêutico é essencial para fortalecer e reeducar a musculatura pélvica. Nesse processo, destacam-se os cones vaginais, dispositivos em diferentes pesos que estimulam a contração e a propriocepção dos músculos do assoalho pélvico, auxiliando na prevenção e no tratamento dessas disfunções, além de melhorar a função sexual. Além disso, seu uso favorece a autonomia da paciente por permitir a prática domiciliar, oferecendo um recurso acessível e de baixo custo. Assim, os cones configuram-se como alternativa terapêutica segura, eficaz e de grande aplicabilidade clínica.

Objetivo

O objetivo deste trabalho foi descrever e analisar a utilização dos cones vaginais como recurso fisioterapêutico no tratamento das disfunções uroginecológicas, destacando sua eficácia no fortalecimento do assoalho pélvico e na melhora da qualidade de vida das pacientes.

Material e Métodos

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura sobre a utilização de cones vaginais no tratamento das disfunções do assoalho pélvico. A busca foi realizada em bases como PubMed, SciELO e Cochrane, com descritores relacionados. Foram incluídos estudos clínicos e revisões que abordassem protocolos, eficácia terapêutica e impacto na qualidade de vida. A seleção priorizou publicações dos últimos 20 anos, contemplando diferentes faixas etárias e contextos clínicos. O objetivo foi sintetizar as evidências disponíveis e destacar benefícios, limitações e perspectivas do recurso fisioterapêutico.

Resultados e Discussão

Os cones vaginais mostram eficácia no tratamento da incontinência urinária de esforço, promovendo fortalecimento do assoalho pélvico, melhora da propriocepção e da qualidade de vida. Estudos evidenciam redução da perda urinária e aumento da força perineal, com resultados semelhantes aos exercícios. A Revisão sistemática da Cochrane também apontou melhora clínica e subjetiva, ainda que sem superioridade frente a outros métodos. Apesar de limitações como amostras pequenas, protocolos variados e relatos de desconforto, destacam-se benefícios como feedback sensorial, progressão objetiva, uso domiciliar, maior adesão e custo-benefício.

Conclusão

Em síntese, os cones vaginais apresentam eficácia comprovada na melhora da força muscular e no controle da incontinência urinária, com repercussões diretas na qualidade de vida. Não se mostram superiores a outras estratégias conservadoras, mas configuram-se como recurso complementar relevante, especialmente quando associados a programas estruturados de exercícios do assoalho pélvico. O baixo custo, a aplicabilidade prática e o potencial de autotreinamento justificam sua inclusão no planejamento terapêutico da fisioterapia pélvica.

Referências

MATHEUS, L. M.; MAZZARI, C. F.; MESQUITA, R. A.; OLIVEIRA, J. Influência dos exercícios perineais e dos cones vaginais, associados à correção postural, no tratamento da incontinência urinária feminina. Revista Brasileira de Fisioterapia, São Carlos, v. 10, n. 4, p. 387-392, out./dez. 2006.

HERBISON, G. P.; DEAN, N. Vaginal cones for women with urinary incontinence. Cochrane Database of Systematic Reviews, n. 12, p. CD002114, 2013. doi: 10.1002/14651858.CD002114.pub4.

HOLZSCHUH, J. T.; SUDBRACK, A. C. Eficácia dos cones vaginais no fortalecimento do assoalho pélvico na incontinência urinária feminina pós-menopausa: estudo de casos. Revista Pesquisa em Fisioterapia, Salvador, v. 9, n. 4, p. 498-504, nov. 2019. doi: 10.17267/2238-2704rpf.v9i4.2542.