Treinamento da musculatura do assoalho pélvico na melhora da qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária por esforço: Uma revisão de literatura

Autor(res)

Laura Bianca Dorásio Da Silva
Breno Erick Alves Rodrigues
Adrian Maggioni Nazareth Morais
Vitória Kamilly Dias Feliciano
Gabrielly Cristiano Brito
Matheus Lima Parente

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE GOVERNADOR VALADARES

Resumo

A incontinência urinária (IU) afeta cerca de 200 milhões de pessoas no mundo e impacta negativamente a qualidade de vida (QV) e os custos em saúde. A IU por esforço ocorre quando o aumento da pressão abdominal leva à perda urinária. O objetivo do presente estudo é verificar se o treinamento da musculatura do assoalho pélvico (TMAP) em mulheres com IU por esforço traz melhoras na QV. Este estudo incluiu ensaios clínicos randomizados publicados nos últimos 5 anos, em inglês, na base PubMed, utilizando os descritores “Urinary Incontinence, Stress”, “Pelvic Floor Muscle Training” e “Quality of life”. Foram incluídos estudos com mulheres com IU por esforço, simples-cegos e com TMAP isolado. Excluíram-se estudos com condições neurológicas associadas ou histórico cirúrgico. Dos 768 estudos iniciais, 73 foram triados por título e resumo após os filtros, resultando em 48 descartes, 25 lidos na íntegra, resultando em 22 descartes e 3 incluídos na análise final. No estudo de Kucukkaya et al. (2020), com 64 pacientes, o grupo TMAP associado ao treinamento abdominal (TA) apresentou melhor desempenho nos escores de QV em relação ao TMAP isolado ($p < 0,001$). Já Sahin et al. (2022), com 51 pacientes, compararam TMAP, estimulação elétrica e associação entre ambos, não encontrando diferenças significativas na QV entre os grupos ($p > 0,05$). Slongo et al. (2021), com 117 pacientes, compararam radiofrequência, TMAP e associação, observando maior satisfação nos grupos com radiofrequência, porém sem diferença estatística entre os grupos ($p > 0,05$). De forma geral, o TMAP mostrou-se eficaz na melhora dos sintomas e da QV em mulheres com IU por esforço. A associação com outras terapias pode potencializar resultados, especialmente em desfechos subjetivos, como satisfação, embora essa superioridade não seja consistente. Fatores como adesão, variabilidade dos protocolos e tempo de acompanhamento influenciam os resultados e contribuem para a heterogeneidade dos achados. Conclui-se que o TMAP é uma intervenção eficaz e deve ser considerado base do tratamento conservador da IU por esforço. Terapias associadas podem trazer benefícios adicionais, mas sua indicação deve ser individualizada. Destaca-se a necessidade de estudos com maior rigor metodológico e acompanhamento prolongado para melhor esclarecer os efeitos das abordagens

combinadas.