

# VI Mostra Científica

# Fisioterapia

27 a 30 de abril de 2026



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 Moraes  
Gabrielly Cristiano Brito  
Matheus Lima Parente  
Vitória Kamilly Dias Feliciano

## 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

VI Mostra Científica

# Fisioterapia

combinadas.

27 a 30 de abril de 2026



Ananguera GV

