



## A Intervenção da Fisioterapia na Incontinência Urinária de Esforço

### Autor(res)

Luiz Henrique Alves Dos Santos  
Karen Evelyn Costa Santos De Oliveira  
Pablo Fraga Alexandre  
Lucas Prestes

### Categoria do Trabalho

3

### Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE BRASÍLIA

### Introdução

A incontinência urinária de esforço (IUE) é uma condição comum que afeta mulheres de todas as idades, com uma prevalência de até 50% em algumas populações. É definida como vazamento involuntário de urina ao fazer esforço ou exercício, como tossir, espirrar, rir ou atividade física. A incontinência urinária de esforço (IUE) é a que mais acomete mulheres em diversas faixas etárias. Em relação a isso, acontece, pois, ainda não existe uma maneira de se evitar esforços diários tanto físicos ou fisiológicos do organismo. O tratamento para IU pode ser tratado na modalidade conservadora ou cirúrgico, na alternativa cirúrgica o custo para realização é elevado por ser um procedimento invasivo, existe a possibilidade de ocorrer complicações e ser recusado pelo próprio organismo, além das contraindicações.

### Objetivo

Identifica-se como objetivo desse trabalho, compreender a importância da atuação do profissional fisioterapeuta no atendimento de mulheres com incontinência urinária de esforço. Dessa forma, alguns pontos importantes sobre anatomia, fisiologia e etiologia da IU foram adotados e relacionados às técnicas de fisioterapia mais utilizadas nos quadros de IU.

### Material e Métodos

Foi realizada uma revisão de literatura para identificar estudos publicados entre os anos de 2010 e 2023 que avaliaram o desempenho da fisioterapia na incontinência urinária de esforço. As bases de dados utilizadas foram PubMed, Scopus e Web Of Science. Foram incluídos estudos que utilizaram fisioterapia como tratamento para a incontinência urinária de esforço em mulheres. Os estudos selecionados foram avaliados quanto à qualidade metodológica e os resultados analisados. Foram inclusas publicações que estiverem na língua portuguesa e inglesa. Foram excluídas publicações que fugiram ao tema proposto por esta pesquisa, ou que não estiveram disponíveis de forma gratuita na íntegra.

### Resultados e Discussão

A busca bibliográfica resultou em 97 artigos (13 artigos na base de dados LILACS, 10 no MedLine, 41 na SciELO,



## 2ª MOSTRA CIENTÍFICA

7 E 8  
JUNHO  
2023

  
Anhanguera  
Brasília - DF

33 na Bireme). A fisioterapia é uma opção de tratamento não invasiva e eficaz para mulheres com IUE. Envolve exercícios para fortalecer os músculos do assoalho pélvico, que suportam a bexiga e outros órgãos pélvicos. Os músculos do assoalho pélvico podem se enfraquecer devido a vários motivos, como gravidez, parto, menopausa, obesidade, tosse crônica e envelhecimento. O fortalecimento desses músculos por meio da fisioterapia pode melhorar o controle da bexiga e reduzir o vazamento urinário. A fisioterapia para IUE geralmente envolve uma combinação de exercícios para os músculos do assoalho pélvico, treinamento da bexiga e modificações no estilo de vida. O objetivo do tratamento é melhorar a força, resistência e coordenação dos músculos do assoalho pélvico, o que pode melhorar a continência urinária.

### Conclusão

A atuação da fisioterapia no tratamento da incontinência urinária é efetiva tanto na reeducação das perdas urinárias quanto da qualidade de vida das portadoras, independente da terapêutica aplicada. No entanto, novos estudos devem ser realizados abordando esses temas, a fim de comprovar e divulgar essa terapia conservadora pouco difundida entre os demais profissionais da saúde. A atuação da fisioterapia no tratamento da IU mostrou-se efetiva a curto e longo prazo.

### Referências

- Guerra, T. E. C.; rossato, C.; nunes, E. F. C.; latorres, G. F. S. Atuação da fisioterapia no tratamento de incontinência urinária de esforço. Rev Femina, 2014;
- Glisoi, S. F. N.; girelli, P. Importância da fisioterapia na conscientização e aprendizagem da contração da musculatura do assoalho pélvico em mulheres com incontinência urinária. Revista Brasileira Clinica Medica de São Paulo, 2009;
- Oliveira, K. A. C.; rodrigues, A. B. C.; paula, A. B. Técnicas fisioterapêuticas no tratamento e prevenção da incontinência urinária de esforço na mulher.