

TREINAMENTO MUSCULAR DO ASSOALHO PÉLVICO NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM MULHERES PÓS-PARTO: REVISÃO DA LITERATURA.

Congresso Brasileiro Online de Fisioterapia, 1ª edição, de 30/08/2021 a 01/09/2021
ISBN dos Anais: 978-65-89908-80-7

OLIVEIRA; Lilian Soares de ¹, OLIVEIRA; Nickolas Maxwel Dias ²

RESUMO

A incontinência urinária (IU) é definida pela Sociedade Internacional de Continência (ICS), como uma perda involuntária de urina, podendo afetar cerca de metade das mulheres em qualquer período de suas vidas (ROCHA et al., 2017). A gravidez, em decorrência das alterações fisiológicas e anatômicas subjacentes, aumenta a suscetibilidade ao aparecimento desta disfunção (ROCHA et al., 2017). Para Saboia et al. (2018), diversas disfunções do assoalho pélvico (AP) podem ser causadas no decorrer do parto vaginal, como por exemplo, a cabeça do fetal que durante a passagem no canal, pode provocar alongamento e compressão do nervo pudendo, acarretando em um estiramento dos tecidos e ligamentos da pelve, além de potencializar uma diminuição da força muscular no AP. A fisioterapia através de um conjunto de técnicas fisioterapêuticas é considerada padrão ouro de tratamento da IU e tem como objetivo melhorar e/ou promover o controle e a qualidade da musculatura do assoalho pélvico. Com base no exposto, o objetivo desta revisão da literatura foi verificar a efetividade da atuação da fisioterapia no treinamento muscular do assoalho pélvico (TMAP) na melhoria da incontinência urinária em mulheres pós-parto. Método: Tratando-se de uma revisão de literatura, as buscas foram realizadas em bases de dados, priorizando estudos randomizados, além de obras literárias com objetivo primário de relatar os efeitos do treinamento da musculatura do assoalho pélvico em mulheres com sintomas de IU após o parto. Os artigos selecionados deveriam estar disponíveis na íntegra nos idiomas português, inglês ou espanhol, publicados entre o período de 2010 a 2020. Resultados: Trinta artigos foram identificados, dentre eles, apenas sete foram de qualidade suficiente para inclusão. Os estudos apontam que a prevalência da IU aumenta após o parto e há melhora principalmente na fase inicial, porém as fases mediana e tardia também apresentaram um aumento da força muscular por meio do TMAP, indicando eficácia no tratamento da IU, e/ou prevenindo intercorrências futuras. Discussão: A produção científica acerca do tema, foi crescente nas últimas décadas, principalmente no cenário brasileiro. Apesar disso, existe uma carência de pesquisas relacionadas ao assunto abordado. Informações da ICS (2016) afirmam ser uma tarefa complexa estimar a prevalência da IU no pós-parto, em virtude das diferenças nos desenhos metodológicos, no tipo

¹ Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Campus Betim, lilian_soaresoliveira@hotmail.com

² Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais, Campus Betim, nickolas.dias@outlook.com

de investigação e nas diversas definições de IU além de ser um período de grandes alterações hormonais e físicas, capazes de provocar perda de urina, parte das gestantes negligenciam os sintomas da IU e não recorrem à ajuda médica, dificultando assim o tratamento. A primeira intervenção a ser recomendada é o TMAP, mas recursos como a reeducação vesical e as mudanças comportamentais tem resultado eficaz em um tratamento conservador e individualizado e supervisionado. Conclusão: Os estudos analisados revelaram que as práticas de cuidados dirigidas à IU pós-parto são efetivas com a intervenção da fisioterapia no TMAP na melhoria dessas pacientes.

PALAVRAS-CHAVE: Incontinência urinária, pós-parto, treinamento