

EFICÁCIA DOS CONES VAGINAIS NO FORTALECIMENTO DO ASSOALHO PÉLVICO NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA FEMININA PÓS- MENOPAUSA

INTRODUÇÃO: A menopausa caracteriza-se pelas mudanças endócrinas, biológicas e clínicas. Focando nos sintomas geniturinários, a incontinência urinária (IU) é um transtorno do trato urinário inferior de micção involuntária, frequência urinária e noctúria, comum em mulheres de todas as idades, pode ser dividida em 3 tipos principais: urgência, esforço e mista. A IU é de causa multifatorial e possui implicações na vida da mulher abrangendo seu âmbito físico, sexual, social. A utilização de cones vaginais é um tratamento efetivo para a disfunção da musculatura do assoalho pélvico.

OBJETIVO: Avaliar o uso de cones vaginais no fortalecimento do assoalho pélvico em mulheres com IU pós-menopausa. **METODOLOGIA:** Estudo realizado através de revisão sistemática da literatura, utilizando a estratégia de busca “incontinência urinária” AND “cones vaginais” AND “menopausa”. Foram utilizadas as bases de dados PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), no período de 2013 a 2022 foram analisados os títulos e resumos de 54 artigos e, destes, eliminados 45, os quais não se relacionavam com o tema. **RESULTADOS:** Através da literatura foi possível verificar que a utilização dos cones vaginais beneficiaram mulheres no tratamento da incontinência urinária de esforço leve a grave, durante o tempo mínimo de 3 meses no período pós-menopausa, através do ganho de força e resistência contra a gravidade durante o movimento dinâmico da musculatura do assoalho pélvico (MAP), com o cone mais pesado retido pela contração voluntária, que estimula o fortalecimento das musculaturas pubococcígea e auxiliar periférica de forma não invasiva, melhorando a resistência da uretra. **CONCLUSÃO:** A utilização de cones vaginais no tratamento da IU é positiva para obter melhoras reais e significativas, atuando na prevenção e reabilitação da MAP, no alívio dos sinais e sintomas referidos, bem como na qualidade de vida de mulheres portadoras de IU, promovendo um aumento na vascularização pélvica, melhorando a sensibilidade local e o desempenho sexual.

PALAVRAS-CHAVE: Incontinência urinária; menopausa; distúrbios do assoalho pélvico.

REFERÊNCIAS:

DEEGAN, Emily G. et al. Quantification of pelvic floor muscle strength in female urinary incontinence: A systematic review and comparison of contemporary methodologies. **Neurourology and Urodynamics**, v. 37, n. 1, p. 33-45, 2018.

GOLMAKANI, Nahid et al. Behavioral intervention program versus vaginal cones on stress urinary incontinence and related quality of life: a randomized clinical trial. **Oman medical journal**, v. 29, n. 1, p. 32, 2014.

GOVENDER, Yashini et al. The current evidence on the association between the urinary microbiome and urinary incontinence in women. **Frontiers in cellular and infection microbiology**, v. 9, p. 133, 2019.

HILLARD, T. C. Urogynaecology and the menopause: improving pelvic floor health. **Post Reproductive Health**, v. 26, n. 2, p. 51-52, 2020

LEMES, Elaine et al. Physiotherapy methods to facilitate pelvic floor muscle contraction: a systematic review. **Physiotherapy theory and practice**, v. 34, n. 6, p. 420-432, 2018.

MORONI, Rafael Mendes et al. Conservative treatment of stress urinary incontinence: a systematic review with meta-analysis of randomized controlled trials. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, v. 38, p. 97-111, 2016.

OLIVEIRA, Marlene et al. Pelvic floor muscle training protocol for stress urinary incontinence in women: A systematic review. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 63, p. 642-650, 2017.

PADILHA, Juliana et al. Investigação da qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 22, n. 1, 2018.

SILVA FILHO, Agnaldo Lopes et al. Análise dos recursos para reabilitação da musculatura do assoalho pélvico em mulheres com prolapso e incontinência urinária. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 20, n. 1, p. 90-96, 2013.