

A EFICÁCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE MULHERES DURANTE O PERÍODO GESTACIONAL: REVISÃO DE LITERATURA

FLORENCIO, A. G.¹; DUARTE, H. F.²

RESUMO

Objetivo: Analisar os efeitos do tratamento fisioterapêutico na Incontinência Urinária (IU) de mulheres no período gestacional. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada por meio das bases de dados indexadas ao GOOGLE Acadêmico, SciELO e PEDro. **Resultados e discussão:** Foram selecionados 9 artigos relevantes à revisão. **Conclusão:** A fisioterapia pélvica na IU gestacional é relevante, promovendo qualidade de vida e bem estar neste momento tão desafiador na vida da mulher.

Palavras-chave: Incontinência Urinária. Gestantes. Fisioterapia.

ABSTRACT

Objective: To analyze the effects of physical therapy treatment on Urinary Incontinence (UI) in pregnant women. **Methodology:** This is a literature review, carried out through databases indexed by GOOGLE Academic, SciELO and PEDro. **Results and discussion:** 9 articles relevant to the review were selected. **Conclusion:** Pelvic physiotherapy in gestational UI is relevant, promoting quality of life and well-being at this very challenging time in women's lives.

Keywords: Urinary Incontinence. Pregnant women. Physiotherapy.

INTRODUÇÃO

Sabe-se que a gestação é o período na vida da mulher em que há o maior número de modificações corporais, tanto no aspecto fisiológico quanto em sua estética, sendo que algumas dessas mudanças são observadas logo no início da gestação. O conhecimento dessas modificações é de extrema importância para o cuidado pessoal e o obstétrico. (BARACHO, 2014).

Segundo Sacomori *et al* (2013) a prevalência de IU durante a gravidez varia entre 32-64%. A incidência dessa modificação no período gestacional pode ser

¹ Ana Gabriela Florêncio – Graduanda do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: anagflor9898@gmail.com.

² Hébila Fontana Duarte – Orientadora da Pesquisa. Fisioterapeuta, Especialista e Docente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: hebila.fontana@fap.com.br.

subestimada, visto que muitas mulheres não procuram tratamento pelos tabus impostos pela sociedade.

Segundo Santos e Fernandes (2019) a fisioterapia pode-se dispor em várias maneiras para educação e tratamento dessa gestante, visto que é voltada para o fortalecimento dos MAP, sendo eficiente para evitar incômodos ou riscos. Os exercícios mais utilizados hoje são os de Kegel, sendo benéfico na melhora da musculatura do períneo, fortalecendo-o, sendo possível diminuir ou até mesmo interromper as perdas involuntárias de urina especialmente no terceiro trimestre.

OBJETIVO

O presente estudo teve por objetivo geral analisar os efeitos do tratamento fisioterapêutico na incontinência urinária em mulheres no período gestacional.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de característica qualitativa, por meio da integração da leitura e escolha de estudos selecionados para o trabalho em questão. A pesquisa foi baseada em livros disponibilizados na biblioteca física e virtual da Faculdade de Apucarana – FAP, com livros datados entre 2002 e 2014. Para a escolha dos artigos foram utilizadas as seguintes bases de dados: GOOGLE Acadêmico, *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO) e *Phyosetrapy Evidence DataBase* (PEDro) totalizando 9 artigos.

Foram considerados como critérios de inclusão estudos sobre a incontinência urinária em mulheres gestantes, modificações gravídicas, fisioterapia e seus recursos terapêuticos nesta área. Os critérios de exclusão foram as pesquisas que não forneceram dados precisos, aquelas que não mencionaram o período gestacional e artigos que estavam restritos ao acesso na íntegra.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quadro 1- Resumo dos Estudos

Autor/Ano	Tipo de estudo	Amostras	Tipos de Intervenção	Resultados	Conclusões
ASSIS, (2010)	Ensaio clínico aleatorizado pragmático	87 gestantes primigestas, divididas em três grupos: GS, que praticou exercícios supervisionados pelo fisioterapeuta; GO, que praticou exercícios sem supervisão e GR que não praticou exercícios	Exercícios do AP durante a gestação como medida preventiva da IU e da disfunção muscular do AP disponibilizado através do MOF	As 87 gestantes recrutadas registraram os eventos de perdas urinárias e realização diária dos exercícios do MOF em casa, e não houve desistências	Efetividade da atividade sobre a musculatura do AP, resultando em aumento da função e pressão muscular e redução da IU
BATISTA <i>et al</i> , (2011)	Estudo de caso	19 gestantes nulíparas com gravidez de baixo risco	3 sessões de biofeedback de eletromiográfico	Aumento crescente na amplitude miográfica de cada contração e a cada sessão	As 3 sessões melhoraram a atividade miográfica dos MAP
SACOMORI <i>et al</i> , (2013)	Estudo transversal retrospectivo	242 mulheres puérperas	Questionário ICIQ – Short Form, traduzido e validado para português e coleta de dados	Prevalência de IU no terceiro trimestre de gestação de 59,5% e as mulheres incontinentes no 3º trimestre eram significativamente mais velhas que as continentais	Aumento da prevalência de IU de 9,5% antes da gestação para 59,5% no terceiro trimestre gestacional.
CRUZ, (2015)	Ensaio clínico aleatorizado controlado	53 gestantes que iniciaram o pré-natal no 1º trimestre da gravidez	CT supervisionada do AP com duração de 12 semanas com início entre a 20ª e a 27ª semana da gestação, com duração de 45 min cada sessão	Exercícios perineais feitos em casa regularmente, tiveram efeito na redução da IU e aumento da FMAP	Exercícios perineais tiveram efeito positivo tanto na redução da IU quanto no aumento da FMAP
QUINTELO, (2018)	Revisão bibliográfica	7 artigos, 4 revistas e 9 livros	Estudos abordando a atuação fisioterapêutica no tratamento da IUE	O benefício da atuação fisioterapêutica é evidente	A fisioterapia na IUE em gestantes é essencial e visa a melhoria da qualidade de vida da gestante
VIEIRA; DIAS, (2019)	Revisão sistemática	51 artigos e 4 livros	Estudos abordando a importância dos métodos de tratamentos fisioterapêuticos para as gestantes com IU	Há diferentes métodos fisioterapêuticos para o tratamento da IU em gestantes, porém os que utilizam fortalecimento da musculatura do AP tiveram melhores resultados	A fisioterapia fortalece a musculatura do AP que desempenha uma importante atuação contra a IU.

SANTOS; FERNANDES, (2019)	Revisão bibliográfica	30 artigos	Estudos que abordaram a importância da fisioterapia na IU de esforço em gestantes no terceiro trimestre	A fisioterapia é atualmente o tratamento padrão para as IU devido sua eficácia e por tratar-se de uma opção conservadora e não medicamentosa para as gestantes	A fisioterapia como tratamento na IU de esforço em gestantes no 3º trimestre mostrou-se eficaz
ALMEIDA, <i>et al</i> , (2020)	Revisão literatura	de 5 artigos	Estudos com objetivo de evidenciar a utilização de questionários que avaliam o nível de conhecimento sobre a IU e a fisioterapia como tratamento para gestantes	Os resultados demonstram que o conhecimento sobre a IU em mulheres grávidas é escasso	Carência de evidências científicas na literatura, além de existir uma lacuna muito grande a ser preenchida entre o conhecimento da IU e a fisioterapia como tratamento para esse sintoma
ALVES; BEZERRA, (2020)	Revisão literatura.	de 6 artigos	Estudos que visaram analisar a percepção das gestantes acerca das principais mudanças que ocorrem em seu corpo durante o período gestacional	A partir do momento que a mulher descobre que está grávida, irá passar por transformações relevantes fisiológicas e psicológicas	Literatura escassa na área e necessidade de um maior aprofundamento sobre as modificações gravídicas

Fonte: Autora da pesquisa, (2021).

Siglas: Grupo supervisionado (GS), Grupo observacional (GO), Grupo referência (GR), Manual de orientação fisioterapêutica (MOF), Assoalho pélvico (AP), Incontinência urinária (IU), Incontinência Urinária de Esforço (IUE), International Consultation on Incontinence Questionnaire (ICIQ), Cinesioterapia (CT), Força Muscular do Assoalho Pélvico (FMAP), World Health Organization Quality of Life (WHOQL).

CONCLUSÃO

Através desta revisão bibliográfica pôde-se concluir que a atuação fisioterapêutica tem sua eficácia comprovada tanto na prevenção como no tratamento da IU em gestantes. A fisioterapia através dos seus recursos pode intervir com prontidão nessa patologia, proporcionando um período gestacional mais confortável e uma melhor qualidade de vida para essas mulheres.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Lidiana Aparecida Lopes; CANDIDO, Thiago de Souza; NETTO, Aline de Oliveira. Conhecimento sobre a Incontinência Urinária e fisioterapia em gestantes: revisão de literatura. **Revista Intersaúde**, [S.l.], 2020, v.1, n2.

ALVES, Tuanne Vieira; BEZERRA, Martha Maria Macedo. Principais alterações fisiológicas e psicológicas durante o Período Gestacional. **Id on Line Rev. Mult. Psic.** [S.l.] V.14, N. 49 p. 114-126, Fevereiro/2020.

ASSIS, Liamara Cavalcante. **Efetividade de exercícios do assoalho pélvico durante a gestação como medida preventiva da incontinência urinária e da disfunção muscular do assoalho pélvico**. Dissertação de Mestrado – Faculdade de Medicina de Botucatu –, São Paulo: Botucatu, 2010. 80p.

BARACHO, Elza. **Fisioterapia Aplicada à Saúde da Mulher**. 5.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

BATISTA, Roberta L.A *et al.* Biofeedback na atividade eletromiográfica dos músculos do assoalho pélvico em gestantes. **Rev. Bras Fisioterapia**, São Carlos, v.15, n5. P 386-92, set/out 2011.

CRUZ, Camila da Silva. **Cinesioterapia supervisionada do assoalho pélvico em gestantes com incontinência urinária: ensaio clínico aleatório randomizado**. Dissertação de mestrado. – Escola de Enfermagem da Universidade de São Paulo – São Paulo, 2015. 78p.

FERNANDES, Natalia de Souza; SANTOS, Ysabela Olivio. FACULDADES INTEGRADAS DE FERNANDÓPOLIS – FIFE. **A importância da fisioterapia na incontinência urinária em gestantes no terceiro trimestre**. 19º Congresso Nacional de Iniciação Científica. São Paulo. Disponível em: <http://conic-semesp.org.br/anais/files/2019/trabalho-1000003177.pdf>. Acesso em: 19 de Maio de 2021.

QUINTELO, Zeida Azevedo. **A atuação fisioterapêutica na prevenção de incontinência urinária de esforço em gestantes**. Faculdade Ávila. Goiânia. [2018].Disponível em: https://portalbiocursos.com.br/ohs/data/docs/35/18_-_A_AtuaYyo_FisioterapYutica_na_PrevenYyo_de_IncontinYncia_UrinYria_de_esforYo_em_Gestantes.pdf. Acesso em: 01 de Junho de 2021.

SACOMORI, Cinara; BÖER, Leonice; SPERANDIO, Fabiana Flores e CARDOSO, Fernando Luiz. Prevalência e variáveis associadas à incontinência urinária no terceiro trimestre gestacional. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, Recife, v.23, n.3. P 215-221. 2013.

VIEIRA, Alcianne Samira Santos; DIAS, Maria Lidiana Gomes. **Abordagem da fisioterapia na prevenção de incontinência urinária no período gestacional: revisão sistemática**. Trabalho de Conclusão de Curso. Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (UNICEPLAC). Brasília, 2019.