

16. 17 e 18
de **Outubro**

10° Fórum Rondoniense de Pesquisa



SÃO LUCAS | Afya
JI - PARANÁ - RO

Intervenções fisioterapêuticas como tratamento da incontinência urinária feminina: Uma Revisão Integrativa da literatura

Thainá Amanda de Souza Almeida¹, Letícia de Oliveira Abreu¹, Leandra Cristina de Souza²

¹Acadêmicas do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná – JPR, Ji-Paraná, RO, Brasil. *E-mail: leticiaabreu166@gmail.com

²Professora Orientadora do Curso de Fisioterapia, Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná – JPR, Ji-Paraná, RO, Brasil. E-mail: leandra.souza@saolucasjiparana.edu.br

Resumo

Introdução: A incontinência urinária (IU) caracteriza-se pela perda involuntária de urina afetando principalmente mulheres. Além de impactos físicos e sociais, causa constrangimento, ansiedade e depressão. Estudos afirmam que muitas mulheres não buscam tratamento profissional, agravando os sintomas, levando a falta de diagnóstico e tratamentos inadequados.

Objetivos: Apresentar as vantagens do tratamento fisioterapêutico conservador e citar os principais recursos utilizados para tratar incontinência urinária. **Metodologia:** Este estudo foi conduzido por meio de uma revisão bibliográfica da literatura. A pesquisa dos artigos foram feitas nos principais periódicos das bases de dados: Scielo, BVS, Lilacs, e PubMed, conforme o idioma das bases de dados consultadas, utilizando-se os descritores: Incontinência urinária, fisioterapia, assoalho pélvico, saúde da mulher. **Resultados:** Através das buscas realizadas, foram encontrados 24 artigos de acordo com os critérios de inclusão que possuíam os descritores selecionados, porém após a leitura dos resumos, 9 artigos foram excluídos, por não se encaixarem com o tema proposto ou estar fora do limite temporal. Entre os tratamentos fisioterapêuticos destacam-se as técnicas de treinamento da musculatura do assoalho pélvico (TMAP), cinesioterapia com exercícios de fortalecimento, alongamento, propriocepção e resistência para devolver a função do músculo do assoalho pélvico (MAP), mudanças no estilo de vida e alimentação, eletroestimulação, e o biofeedback (BF) que avalia e exercita a musculatura melhorando a contração e resistência. **Considerações finais:** Portanto, a fisioterapia é primordial para restaurar o bem-estar e a saúde, reduzindo os sintomas urinários e devolvendo a qualidade de vida das pacientes.

Palavras-Chave: Incontinência urinária, fisioterapia, assoalho pélvico, saúde da mulher.