

ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA: UMA REVISÃO DA LITERATURA

XAVIER, PALOMA AMARAL¹; COUTINHO, KÊNIA CARVALHO²

1- Discente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

2- Docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM

Introdução: A incontinência urinária (IU) é a perda involuntária de urina, que atinge com maior frequência as mulheres, afetando a qualidade de suas vidas. A IU pode ser classificada em quatro categorias: de esforço, de urgência, inconsciente e mista. O tratamento fisioterapêutico é baseado em fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico, eletroestimulação e exercícios de propriocepção. O objetivo do presente trabalho é verificar a atuação da Fisioterapia na incontinência urinária. **Método:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica a partir das bases de dados LILACS, MEDLINE e coleta de informações em dados bibliográficos do acervo da Biblioteca Central Doutor Benedito Corrêa do Centro Universitário de Patos de Minas. **Resultados:** Os resultados demonstram que as mulheres são mais propensas a incontinência urinária, devido às mudanças hormonais, gestações, cirurgias, porém elas procuram mais cedo à fisioterapia em comparação aos homens. O principal objetivo do tratamento é melhorar a função do grupo muscular do assoalho pélvico e reeducar a função visceral. Após a anamnese inicial deve estabelecer um plano de tratamento com recomendações sobre o estilo de vida e atividades de treinamento da musculatura do assoalho pélvico (MAP's). Inicia-se com o fortalecimento desta musculatura, realizando exercícios perineais. Outra maneira de melhorar a contração da musculatura é utilizar a eletroestimulação. Os exercícios proprioceptivos auxiliam na percepção dessa musculatura, uma vez que, muitos pacientes apresentam dificuldade para compreender a contração perineal. **Conclusão:** Ao final do trabalho pode-se perceber que a incontinência urinária atinge mulheres e homens, de qualquer faixa etária. A Fisioterapia, por meio de programa de exercícios, é importante na prevenção ou recuperação da patologia. É sempre bom estar procurando um médico e fisioterapeuta para garantir uma melhor qualidade de vida.

Categoria: Fisioterapia