

# FISIOTERAPIA PÉLVICA COMO ALTERNATIVA TERAPÊUTICA NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM IDOSOS

Matheus Victor Benjamin Lopes<sup>1</sup>, Nadson Lopes Nunes<sup>2</sup>, Maria Eduarda Delfino Freire<sup>3</sup>, Antônio Cláudio Rocha Mesquita Formiga<sup>4</sup>, Jordânia Letícia Ferreira de Oliveira<sup>5</sup>  
Giselle Medeiros da Costa One  
Email: gisellemedeirosocs@gmail.com.br

## 1. INTRODUÇÃO

A incontinência urinária é uma patologia que afeta comumente os idosos, acometendo o estilo de vida dos indivíduos de forma adversa. Dessa forma, a fisiopatologia da doença consiste na perda do tônus muscular do assoalho pélvico, associada a fatores como gravidez, DPOC (doença pulmonar obstrutiva crônica), depressão, menopausa e obesidade. Ademais, a incontinência urinária é vista como um problema social, pois o indivíduo incontinente irá conviver com dificuldades de realizar atividades cotidianas.

## 2. MATERIAIS E MÉTODOS

Sendo assim, foi realizada uma pesquisa bibliográfica por meio de consultas à base de dados eletrônicos, como Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), SciELO e Secretaria da Saúde da Bahia (SESAB) sendo selecionados textos datados de 2019 a 2023 e um único publicado em 2005.

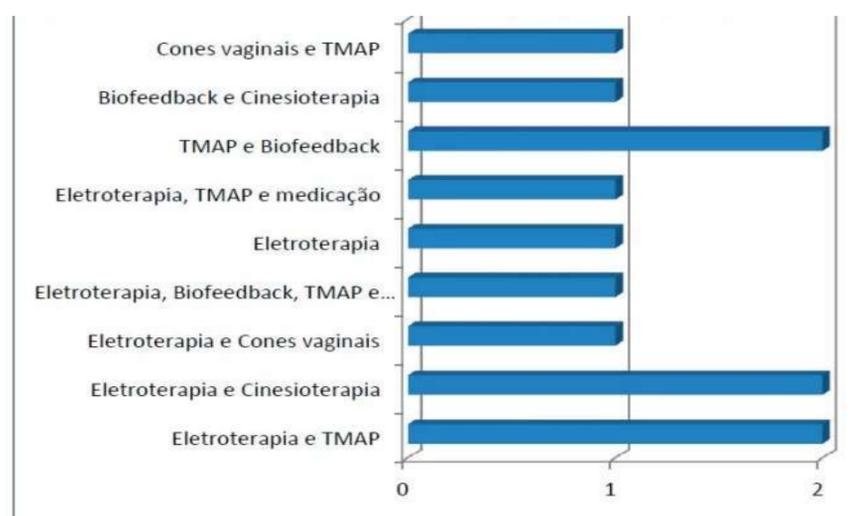
## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dessarte, este estudo teve como objetivo analisar os fatores de risco e alternativas para a incontinência urinária.

Outrossim, verifica-se que tal doença é um impasse de saúde pública, visto que acarreta uma série de imbróglis que estão cada vez mais evidentes, devido à falta de conhecimento pelo baixo nível de escolaridade e também por parte dos profissionais que desconhecem de vertentes terapêuticas. Além disso, foi elucidado no trabalho à eficácia do fortalecimento pélvico com sessões de exercícios específicos, manejados por educadores físicos e fisioterapeutas.



GRÁFICO 1. Artigos com as técnicas de fisioterapia para tratamento e prevenção da IU.



Dentre os motivos mais comuns no qual o paciente não adere tal alternativa terapêutica, pode-se citar a condição socioeconômica, bem como o constrangimento de compartilhar seu quadro patológico. Tampouco, o tratamento conservador para esta patologia é baseado na fisioterapia pélvica, que busca o fortalecimento da musculatura local, sendo considerado como padrão ouro no que diz respeito à tal condição mórbida desde 2005, obtendo cerca de 80% de eficácia.

## 4. CONCLUSÃO

Logo, constata-se que a incontinência urinária pode ser tratada pela reabilitação pélvica. No entanto, cabe aos profissionais de saúde buscarem capacitação adequada para proceder o tratamento.

## 5. REFERÊNCIAS

ZHANG, Yunwei et al. Characteristics, scope of activity, and negative emotions in elderly women with urinary incontinence: Based on a longitudinal follow-up in Shanghai, China. **BioScience Trends**, v. 17, n. 2, p. 172-176, 2023.

KHAN, Junaid; SHAW, Subhojit. Risk of multiple lower and upper urinary tract problems among male older adults with type-2 diabetes: a population-based study. **The Aging Male**, v. 26, n. 1, p. 2208658, 2023.

HIGA, Rosângela; LOPES, Maria Helena Baena de Moraes. Fatores associados com a incontinência urinária na mulher. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 58, p. 422-428, 2005.