

PRINCIPAIS ESTRATÉGIAS FISIOTERAPÊUTICAS UTILIZADAS NO TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA

Ana Suzya Ervelem Sousa Silva¹, Weberton Dorásio Sobrinho², Alice Benício do Nascimento³, Mylena Sousa Almeida⁴, Antonia Mylene Sousa Almeida⁵, Greice Lanna Sampaio do Nascimento⁶

¹Faculdade de Educação São Francisco, (aservelem@hotmail.com)

²Universidade de Rio Verde, (dorasioweberton@gmail.com)

³Universidade Estadual do Piauí, (alicebenicio1998@gmail.com)

⁴Faculdade de Educação São Francisco, (smylena191@gmail.com)

⁵Faculdade de Educação São Francisco, (mylenesousa123@hotmail.com)

⁶Faculdade de Educação São Francisco, (glsn@faesf.com.br)

Resumo

O seguinte estudo objetiva verificar quais modalidades da fisioterapia são mais utilizadas para o tratamento da incontinência urinária. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura cujo os dados foram colhidos nas bases Literatura Latino-americana de Ciências da Saúde (LILACS via Biblioteca Virtual em Saúde), *Medical Literature Analysis and Retrieval System on-line* (MEDLINE via Biblioteca Virtual em Saúde) e *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro) por meio de critérios de inclusão e exclusão. Os termos de busca foram consultados do DeCS e MeSH, obtendo como resultância “Incontinência Urinária”, “Fisioterapia” e “Modalidades da fisioterapia”, bem como seus correspondentes na língua inglesa: “*Urinary Incontinence*”, “*Physical Therapy Specialty*” e “*Physical Therapy Modalities*”. A pergunta norteadora e a estratégia de busca foram delimitadas pelo método PICO, apresentando em P: Incontinência Urinária/*Urinary Incontinence*, I: Fisioterapia/*Physical Therapy Specialty*, C: Inexistente e O: Modalidades da Fisioterapia/*Physical Therapy Modalities*. Foi encontrado como quantitativo total trezentos e setenta estudos, onde destes, apenas onze corresponderam a todos os critérios de exclusão e inclusão estabelecidos para adentrar na revisão. Tais estudos abordavam como principais técnicas fisioterapêuticas para o tratamento da incontinência urinária o método pilates, elevando o ganho de força e a resistência, a utilização do biofeedback, que promove maior durabilidade das contrações mantidas, e o treinamento para a musculatura do assoalho pélvico, que origina melhor controle motor da região. Infere-se que, apesar da fisioterapia possuir técnicas e instrumentos diversos e abrangentes, a atuação fisioterápica na incontinência urinária tem frequentemente utilizado em protocolos as modalidades pilates, biofeedback e treinamento dos músculos do assoalho pélvico, métodos estes que promovem maiores benefícios musculares, reagindo conseqüentemente na redução dos sinais e sintomas da IU, diminuindo perdas miccionais e devolvendo a qualidade de vida aos pacientes.

Palavras-chave: Incontinência urinária; Fisioterapia; Modalidades da fisioterapia.

Área Temática: Temas livres.

Modalidade: Resumo expandido.

A incontinência urinária (IU) pode ser citada em algumas variações, entre elas a por esforço, a de urgência e a mista, todas se referindo a perda de urina, porém, em condições fisiológicas diferentes. Predominantemente trata-se de um distúrbio encontrado na população feminina, possuindo como fator de risco principal a idade avançada. Diversos aspectos contribuem para o surgimento da IU, seja por redução de níveis hormonais, instabilidades musculares, disfunções uretrais, redução da complacência vesical, características genéticas, obesidade, entre outras situações que podem levar ao seu desenvolvimento e afetar, principalmente, a qualidade de vida (CÂNDIDO *et al.*, 2017).

A fisioterapia tem papel fundamental na reabilitação e prevenção da IU, atuando principalmente em fatores musculares. O tratamento fisioterapêutico possui uma gama de métodos para propiciar a melhora de patologias diversas envolvendo eletroterapia, cinesioterapia e demais técnicas, com base nisso, o estudo objetiva verificar quais modalidades da fisioterapia são mais utilizadas para o tratamento da incontinência urinária (CAVENAGHI *et al.*, 2020).

2 MÉTODO

A referente pesquisa trata-se de uma revisão integrativa da literatura na qual por meio de um levantamento bibliográfico, busca reunir informações a respeito da temática. Esta foi conduzida em 6 etapas investigativas: Idealização da pergunta norteadora, busca na literatura, coleta dos dados, análise dos artigos, síntese dos resultados, e apresentação da revisão (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Os estudos foram colhidos nas bases Literatura Latino-americana de Ciências da Saúde (LILACS via Biblioteca Virtual em Saúde), *Medical Literature Analysis and Retrieval System on-line* (MEDLINE via Biblioteca Virtual em Saúde) e *Physiotherapy Evidence Database* (PEDro). A pesquisa teve como critérios de inclusão estudos completos publicados entre 2015 e 2020, a fim de reunir dados atualizados sobre a Fisioterapia e sua atuação na incontinência urinária, artigos em livre acesso por meio eletrônico, correspondente aos termos de busca em inglês e português, e que contemplassem a temática sugerida. Foram excluídos artigos duplicados, textos de teses, dissertações, livros, jornais e artigos de revisão.

Os descritores controlados e não controlados (Quadro 1) foram obtidos por meio dos DeCS (Descritores em Ciências da Saúde) e MeSH (*Medical Subject Headings*) obtendo como resultância: “Incontinência Urinária”, “Fisioterapia” e “Modalidades da fisioterapia”, bem como seus correspondentes na língua inglesa: “*Urinary Incontinence*”, “*Physical Therapy*”

doitv.com.br/conais2021

Specialty” e “*Physical Therapy Modalities*”. A formação da estratégia de busca (Quadro 2) e problemática da pesquisa foram baseadas no acrônimo PICO, por meio dos operadores booleanos “OR” em meio a cada descritor não controlado e “AND” entre cada nível, tendo como contexto P: Incontinência Urinária/*Urinary Incontinence*, I: Fisioterapia/*Physical Therapy Specialty*, C: Inexistente e O: Modalidades da Fisioterapia/*Physical Therapy Modalities*, resultando na seguinte pergunta norteadora: Quais modalidades da fisioterapia são mais utilizadas para o tratamento de pacientes com incontinência urinária?

Quadro 1. Descritores controlados e não controlados utilizados para construção da estratégia de busca. Brasil, 2021.

DeCS		
Descritor controlado		Descritor não controlado
P	Incontinência Urinária	Incontinência Urinária.
I	Fisioterapia	Fisioterapia; Curso de Fisioterapia; Especialidade Fisioterapia.
C	-	-
O	Modalidades da Fisioterapia	Fisioterapia (Técnicas); Fisioterapia em Grupo; Fisioterapia Grupal; Fisioterapias em Grupo; Técnicas de Fisioterapia; Técnicas Fisioterápicas.
MeSH		
P	<i>Urinary Incontinence</i>	<i>Incontinence, Urinary</i>
I	<i>Physical Therapy Specialty</i>	<i>Specialty, Physical Therapy; Therapy Specialty, Physical; Physiotherapy Specialty; Specialty, Physiotherapy.</i>
C	-	-
O	<i>Physical Therapy Modalities</i>	<i>Modalities, Physical Therapy; Modality, Physical Therapy; Physical Therapy Modality; Physiotherapy (Techniques); Physiotherapies (Techniques); Physical Therapy Techniques; Physical Therapy Technique; Techniques, Physical Therapy; Group Physiotherapy; Group Physiotherapies; Physiotherapies, Group; Physiotherapy, Group; Physical Therapy; Physical Therapies; Therapy, Physical; Neurological Physiotherapy; Physiotherapy, Neurological; Neurophysiotherapy.</i>

Fonte: Próprios autores, 2021.

Quadro 2. Estratégias de busca na língua portuguesa e inglesa baseada no acrônimo PICO. Brasil, 2021.

ESTRATÉGIA DE BUSCA NA LÍNGUA PORTUGUESA
P AND I AND cO
Incontinência Urinária (Incontinência Urinária) AND Fisioterapia (Fisioterapia OR Curso de Fisioterapia OR Especialidade Fisioterapia) AND Modalidades da Fisioterapia (Fisioterapia (Técnicas) OR Fisioterapia em Grupo OR Fisioterapia Grupal OR Fisioterapias em Grupo OR Técnicas de Fisioterapia OR Técnicas Fisioterápicas)
ESTRATÉGIA DE BUSCA NA LÍNGUA INGLESA
P AND I AND cO
<i>Incontinence, Urinary (Incontinence, Urinary) AND Physical Therapy Specialty (Specialty, Physical Therapy OR Therapy Specialty, Physical OR Physiotherapy Specialty OR Specialty, Physiotherapy) AND Physical Therapy Modalities (Modalities, Physical Therapy OR Modality, Physical Therapy OR Physical Therapy Modality OR Physiotherapy (Techniques) OR Physiotherapies (Techniques) OR Physical Therapy Techniques OR Physical Therapy Technique OR Techniques, Physical Therapy OR Group Physiotherapy OR Group Physiotherapies OR Physiotherapies, Group OR Physiotherapy, Group OR Physical Therapy OR Physical Therapies OR Therapy, Physical OR Neurological Physiotherapy OR Physiotherapy, Neurological OR Neurophysiotherapy)</i>

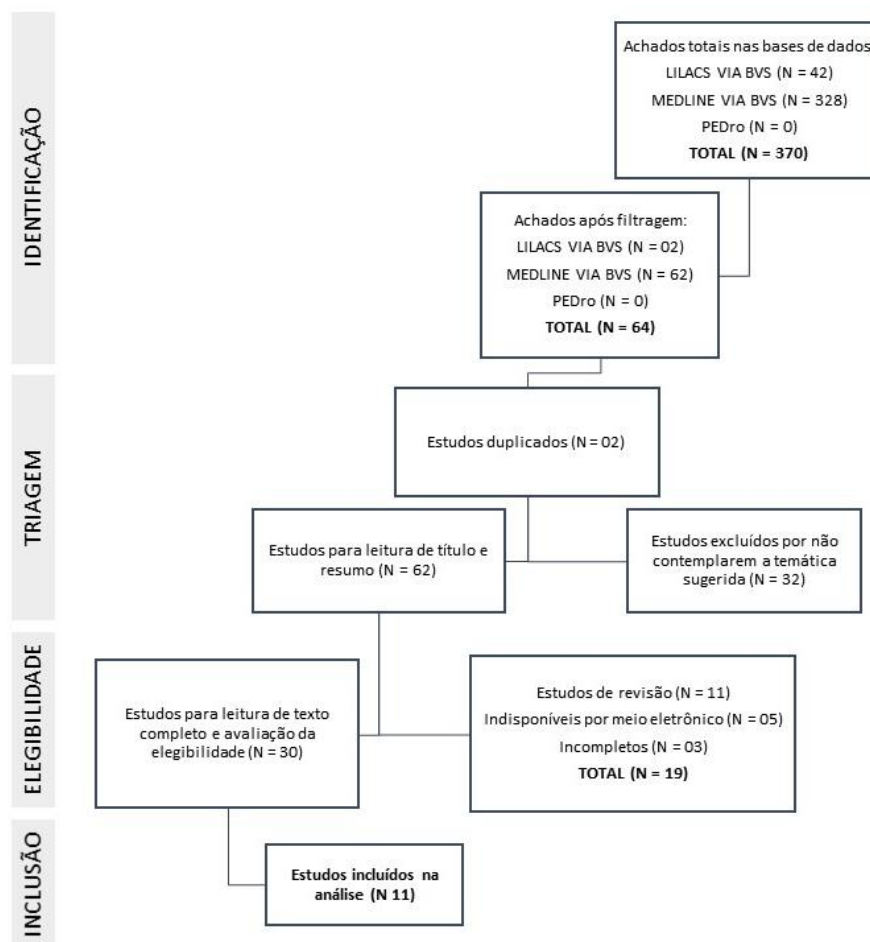
Fonte: Próprios autores, 2021.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o processo realizado para a seletividade dos artigos (**Figura 1**), foi encontrado como quantitativo total trezentos e setenta estudos, onde destes, apenas onze corresponderam a todos os critérios de exclusão e inclusão estabelecidos para adentrar na revisão, nas quais abordavam como principais técnicas fisioterapêuticas para o tratamento da incontinência urinária o método pilates, a utilização do biofeedback e o treinamento para a musculatura do assoalho pélvico.

O pilates é um método que demonstra efeitos benéficos na reabilitação e prevenção de diversas condições patológicas, sendo bastante utilizado na incontinência urinária (IU). Isto porque a técnica reúne aspectos como o fortalecimento da musculatura que forma o assoalho pélvico e também o controle da região abdominal realizando em conjunto contrações que agem sobre esses músculos, e, conseqüentemente, não só tratam como previnem casos de IU (RIBEIRO *et al.*, 2016).

Figura 1. Processo de seleção dos artigos. Brasil, 2021.



Fonte: Próprios autores, 2021.

Os exercícios que compõem o método pilates atuam de maneira que elevam o ganho de força e a resistência dos músculos do assoalho pois aumentam a quantidade de contrações, e a partir disso, tornam menores as perdas miccionais, tanto em frequência quanto em quantidade, principalmente quando essa musculatura precisa de maior atuação, como na gestação ou em idades avançadas, tornando o pilates uma terapêutica eficaz na IU (COUTO; TOIGO, 2019).

No entanto, o biofeedback também se demonstrou eficaz e benéfico no tratamento da incontinência urinária e tem sido frequentemente adicionado aos protocolos, uma vez que atua sobre as contrações e direciona o assoalho pélvico a um maior grau de força e maiores níveis quando relacionado a durabilidade das contrações mantidas, permitindo em adjunto alterações expressivas referentes a consciência perineal e reduzindo a perda de conteúdo urinário, originando uma melhor qualidade de vida (SCHRADER *et al.*, 2017; ARAUJO *et al.*, 2010).

Não obstante, o treinamento muscular do assoalho pélvico através de exercícios de fortalecimento e potência como também funcionais, tem promovido bons resultados na IU,

onde, por meio do estímulo das fibras musculares estes causam a incitação das contrações pélvicas possibilitando melhor controle motor da região, aumento da força e sustentação, melhora da função e da resistência, redução da perda urinária e ganho de consciência perineal, reunindo resultados positivos na incontinência urinária e atuando fortemente na qualidade de vida dos pacientes (FITZ *et al.*, 2012; ALENCAR; VENTURA, 2015).

4 CONCLUSÃO

Apesar da fisioterapia possuir técnicas e instrumentos diversos e abrangentes, a atuação fisioterápica na incontinência urinária tem frequentemente utilizado em protocolos as modalidades pilates, biofeedback e treinamento dos músculos do assoalho pélvico, métodos estes que promovem maiores benefícios musculares, e a partir disso reagem na redução dos sinais e sintomas da IU e devolução da qualidade de vida aos pacientes.

REFERÊNCIAS

- ALENCAR, P. D. C.; VENTURA, P. L. Benefícios do treinamento da musculatura do assoalho pélvico no tratamento de mulheres com incontinência urinária de esforço: revisão de literatura. **Revista Interdisciplinar Ciências e Saúde**, v. 2, n. 3, 2015.
- ARAUJO, N. S. *et al.* Comparação do efeito da cinesioterapia versus biofeedback em mulheres com incontinência urinária de esforço. **Fisioterapia Brasil**, v. 11, n. 6, 2010.
- CÂNDIDO, F. J. L. F. *et al.* Incontinência urinária em mulheres: breve revisão de fisiopatologia, avaliação e tratamento. **Visão Acadêmica**, Curitiba, v. 18, n. 3, 2017.
- CAVENAGHI, S. *et al.* Efeitos da fisioterapia na incontinência urinária feminina. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, Salvador, v. 10, n. 4, p. 658-665, 2020.
- COUTO, A. P. J. P.; TOIGO, A. M. Os efeitos do método pilates na funcionalidade do assoalho pélvico feminino e na incontinência urinária: uma revisão sistemática. **Revista de Atenção à Saúde**, São Caetano do Sul, v. 17, n. 62, p. 109-124, 2019.
- FITZ, F. F. *et al.* Impacto do treinamento dos músculos do assoalho pélvico na qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária. **Revista da Associação Médica Brasileira**, v. 58, n. 2, p. 155-159, 2012.
- RIBEIRO, S. C. P. *et al.* Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento de incontinência urinária: revisão de literatura. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**, Três Corações, v. 14, n. 1, p. 63-71, 2016.
- SCHRADER, E. P. *et al.* Eficácia do método Pilates e do biofeedback manométrico em mulheres na menopausa com incontinência urinária. **Semina: Ciências Biológicas e da Saúde**, Londrina, v. 38, n. 1, p. 61-78, 2017.
- SOUZA, M. T.; SILVA, M. D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.