



INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM MULHERES

Alessandra Braga Maitan¹
Inã Palmeira Silva¹
Maria Vanessa Diel Coelho¹
Adrielle Rocha Novais¹
Wellen Thalia Duarte Sousa¹
João Paulo Silva¹
Veronica Jocasta Casarotto²

Resumo: A incontinência urinária é um distúrbio multifatorial que acarreta na fraqueza dos músculos do assoalho pélvico que são formados por um conjunto de músculos, fáscias e ligamentos que sustentam os órgãos pélvicos (bexiga, ânus e vagina) e a lesão dessas estruturas é a causa da perda involuntária de urina. A incontinência urinária acomete mais mulheres do que homens, os fatores de risco é obesidade, idade, o abaixamento do hormônio estrogênio sérico, menopausas, drogas e infecções do trato urinário. Isso afeta a qualidade de vida dessas mulheres por vergonha, ansiedade e medo de cheiros desagradáveis ou perda descontrolada de urina no momento em que estão na presença de demais pessoas. O tratamento pode ser cirúrgico, porém é de grande custo e nem sempre indicado em todos os casos, o tratamento conservador, é mais acessível e eficaz, atuado diretamente no fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico. O estudo teve como objetivo discorrer e abordar sobre a incontinência urinária, e o que pode afetar na qualidade de vida destas mulheres. **Metodologia:** Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica realizada a partir das bases de dados eletrônicos: Scielo, Lilacs, Medline e PubMed. **Resultados:** Os principais resultados dos estudos incluídos foram que os estudos sobre o fortalecimento da musculatura do diafragma pélvico com a utilização do método Pilates são escassos, porém os tratamentos tem ganhos significativos para reabilitar os sintomas, visto que trabalhar a musculatura perineal promove a reabilitação da hipotonia da musculatura do assoalho pélvico e melhora a qualidade de vida das pessoas com incontinência urinária. **Considerações Finais:** A fisioterapia na incontinência urinária é de extrema importância, pois contribui para a melhoria da qualidade de vida dessas mulheres.

Palavras-chave: Incontinência Urinária, tratamento, Qualidade de vida.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: alessandra.maitan.acad@ajes.edu.br.

¹ Acadêmico do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: ina.silva.acad@ajes.edu.br.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: maria.coelho.acad@ajes.edu.br.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: adrieller99@gmail.com.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: wellen.sousa.acad@ajes.edu.br.

¹ Acadêmica do curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Juína, Mato Grosso, Brasil; E-mail: joao.silva.acad@ajes.edu.br.

² Fisioterapeuta, Coordenadora e Professora Mestra do Curso de Fisioterapia da Faculdade do Vale do Juruena – AJES. Mato Grosso. E-mail: veronica_casarotto@hotmail.com.