

## INTERVENÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM MULHERES

Natália Ancioto da Costa<sup>1</sup>, Marcelie Priscila de Oliveira Rosso<sup>1</sup>, Marco Aurélio Cardoso<sup>1</sup>, Laís Helena Carvalho Marinho<sup>2</sup>, Simone Cavenaghi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fisioterapeuta; Aprimorando/Aperfeiçoando em Fisioterapia no Hospital de Base de São José do Rio Preto; <sup>2</sup>Doutoranda; Fisioterapeuta do Hospital de Base de São José do Rio Preto/FUNFARME, Docente e Coordenadora de Cursos de Pós-Graduação Lato Sensu FAMERP; <sup>3</sup>Doutora; Fisioterapeuta do Hospital de Base de São José do Rio Preto/FUNFARME, Docente e Coordenadora de Cursos de Pós-Graduação Lato Sensu FAMERP.

**Introdução:** A incontinência urinária (IU) é considerada um dos principais distúrbios do assoalho pélvico, gerando impactos negativos na qualidade de vida de pessoas incontinentes com implicações ocupacionais, físicas, sociais, psicológicas, econômicas e/ou sexuais. Os tipos de IU principais em mulheres são IU de esforço (IUE), IU de urgência (IIU) e IU mista (IUM). De acordo com o diagnóstico definido estabelecerá o melhor tratamento, podendo ser cirúrgico ou conservador. O tratamento conservador, nos últimos anos, vem ganhando maior proporção pelos significativos resultados, redução dos custos e baixo índice de efeitos colaterais. Dentre os tratamentos conservadores está a Fisioterapia, cujos objetivos da intervenção são orientar, reeducar, melhorar a percepção e força da musculatura do assoalho pélvico. **Objetivo:** Neste estudo tivemos como objetivo atualizar os conhecimentos em relação a intervenção por meio da cinesioterapia para tratamento da incontinência urinária em mulheres. **Métodos:** Este trabalho foi elaborado a partir de uma revisão da literatura realizada através da pesquisa em bases de dados eletrônicas: LILACS, SCIELO e MEDLINE, sem restrição de idioma. Os descritores utilizados para a pesquisa foram incontinência urinária (urinary incontinence), exercícios (exercises), tratamento (treatment), fisioterapia (physiotherapy, physical therapy). **Resultados:** Os trabalhos encontrados apontam que a cinesioterapia auxilia na melhora e/ou cura dos sintomas de IU, podendo estar associada ou não a outros recursos fisioterapêuticos. Os exercícios perineais foram importantes na melhora da conscientização e reeducação muscular do assoalho pélvico, e contribuíram para fortalecimento da musculatura, sendo favoráveis aos sintomas da IU. **Conclusão:** Concluiu-se que a atuação da fisioterapia é importante no tratamento da IU em mulheres através da cinesioterapia, pois proporciona melhora e/ou cura dos sintomas proporcionados pela IU através dos exercícios perineais.