



OS EFEITOS DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA FEMININA: UMA REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

MARIA DELCI LOPES DE OLIVEIRA; MAURÍCIA RÉGIA PAIVA DA SILVA; SIDNEY OLIVEIRA MAVINIER; SILVANA MARA ROCHA SYDNEY MONTENEGRO; TEREZA CRISTINA DA SILVA NASCIMENTO

Introdução: A Incontinência urinária (IU), é a perda involuntária ou inconsciente de urina e pode surgir em qualquer fase da vida, porém, sua prevalência verifica-se principalmente entre idosos e mulheres. **Objetivos:** Revisar, de forma integrativa, os efeitos da fisioterapia no tratamento da incontinência urinária feminina. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura de abordagem qualitativa dos resultados, realizada em dois bancos de dados eletrônicos gratuitos, nacionais e internacionais, sendo eles: Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde e base PEDro. Foram utilizados como critérios inclusão nessa pesquisa apenas artigos e ensaio clínico randomizado (ECR) que possuem texto na íntegra que abordaram os efeitos da fisioterapia na IUF por meio de intervenções terapêuticas com texto redigido nas línguas portuguesa, inglesa e espanhola, publicados no período de 2017 a 2021. Foram excluídos desta revisão os estudos secundários (estudos de revisão) e artigos de opinião que não relataram com clareza os efeitos da fisioterapia no tratamento da IUF. Foram excluídos estudos em que os pacientes passaram por intervenção cirúrgica de vaginoplastia ou outras da musculatura do assoalho pélvico. **Resultados:** Verificou-se que, o método Pilates e o biofeedback manométrico, obtiveram resultados significativos em relação à diminuição da frequência das perdas urinárias mensais, aumento da frequência força das fibras rápidas do assoalho pélvico, gravidade da incontinência urinária. Em relação à influência de exercícios na reabilitação e fortalecimento dos MAP em mulheres, é preciso uma média de intervenção de, pelo menos, 24 sessões em 12 semanas por duas vezes semanais. Observou-se ainda que dos métodos utilizados nas investigações que apresentaram resultados eficazes no tratamento da IUF, destacam-se a cinesioterapia pélvica (CP) e a eletroestimulação transcutânea do nervo tibial posterior, como sendo os métodos mais aplicados entre 10 e 20 sessões com frequência entre uma e três vezes por semana com duração entre 30 e 50 minutos cada. **Conclusão:** Conclui-se que, dentre as técnicas e protocolos de intervenção fisioterapêuticos observados, a cinesioterapia pélvica e a eletroestimulação transcutânea parecem ser as principais técnicas promissoras no tratamento da IUF, reduzindo os sintomas de IU e melhorando a qualidade de vida dessas mulheres.

Palavras-chave: INCONTINÊNCIA URINÁRIA; SAÚDE DA MULHER; FISIOTERAPIA; QUALIDADE DE VIDA; DISTÚRBIOS DO ASSOALHO PÉLVICO