



OS BENEFÍCIOS DA CINESIOTERAPIA ASSOCIADA OU NÃO AO USO DE CONES VAGINAIS NO TRATAMENTO DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE ESFORÇO: UM ESTUDO COMPARATIVO.

Isabella Santana Hissamura¹, Renata Capellazzo Colosio², Letícia Novaes Canassa³, Rosângela Cocco Morales⁴, Michelle Machado Cardoso⁵, Fabiana Nonino⁶

RESUMO: A incontinência urinária é um problema de saúde pública que acomete principalmente as mulheres, sendo a incontinência urinária por esforço (IUE) a mais comum. A IUE é caracterizada por perda involuntária de urina durante a realização de esforço, sendo comum acontecer frente aos exercícios físicos, espirros ou tosse. O diagnóstico da IUE pode ser feito pelo *pad test* ou teste do absorvente, é um método eficaz e de simples aplicação. Um tratamento para a IUE seria a cinesioterapia, método considerado eficaz, que proporciona um fortalecimento do assoalho pélvico. Outra maneira de fortalecimento seria a utilização de cones vaginais, podendo ser associada ou não a cinesioterapia. O presente estudo tem como objetivo comparar os resultados da cinesioterapia com e sem o uso de cones vaginais no tratamento da incontinência urinária de esforço. A amostra foi composta por 20 mulheres, com diagnóstico clínico de IUE. As voluntárias foram avaliadas através da avaliação funcional do assoalho pélvico, do *pad test* de curta duração e do king's health questionnaire. A amostra foi dividida em dois grupos, sendo o grupo G1 tratado com a cinesioterapia associada ao uso do cone vaginal e o grupo G2 tratado apenas com a cinesioterapia. Serão realizadas 20 sessões de tratamento fisioterapêutico e em seguida as mulheres serão reavaliadas através dos mesmos instrumentos da avaliação inicial. As pacientes realizaram até o presente momento 04 sessões, restando ainda 16 sessões para finalização do estudo. Ao final do estudo será possível afirmar se a associação da cinesioterapia aos cones vaginais é mais eficaz no tratamento da incontinência urinária por esforço.

PALAVRAS-CHAVE: Assoalho pélvico; Continência urinária; Fisioterapia uroginecológica.

1 INTRODUÇÃO

A incontinência urinária hoje em dia é um problema de saúde pública que acomete mulheres de várias faixas etárias (PITANGUI et al., 2012). Aproximadamente 200 milhões de pessoas no mundo apresentam algum tipo de incontinência urinária, porém o tipo mais frequente é a incontinência urinária de esforço (IUE) (REIS et al., 2011). A IUE é quando ocorre perda involuntária de urina durante a prática de esforços ou no exercício físico, durante espirros ou tosse (PINHEIRO et al., 2012).

A IUE altera a qualidade de vida de maneira significativa, sua prevalência aumenta com a idade, gerando vergonha, depressão e muitas vezes isolamento social (BARACHO, 2007). Mulheres incontinentes apresentam menor força muscular do assoalho pélvico (PINHEIRO et al., 2012), sendo a integridade do assoalho pélvico de extrema importância para a manutenção da continência urinária (BEUTTENMULLER et al., 2010). Um tratamento para a IUE considerado eficaz e conservador é a cinesioterapia, que é benéfica no fortalecimento do assoalho pélvico, promove uma melhora sobre a perda urinária diária, consegue aliviar os sinais e sintomas e ajuda a melhorar a qualidade de vida da paciente (VALÉRIO et al. apud OLIVEIRA et al., 2013), Outra maneira simples e prática de fortalecer a musculatura do assoalho pélvico é a utilização de cones vaginais (SANTOS et al., 2009). Os cones vaginais representam uma maneira de aplicar resistência de forma graduada à musculatura do assoalho pélvico (POLDEN e MANTLE, 1997).

O presente estudo tem como objetivo comparar os resultados da cinesioterapia com e sem o uso de cones vaginais no tratamento da incontinência urinária de esforço.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. isahissamura@hotmail.com

² Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. leticiaacanassa@msn.com

³ Professora mestre do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. renata.colosio@unicesumar.edu.br

⁴ Professora mestre do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. rosangelacoccomorales@gmail.com

⁵ Professor mestre do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. michelle.machado@unicesumar.edu.br

⁶ Professora especialista do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário Cesumar – UNICESUMAR, Maringá – PR. fabiana.nonino@unicesumar.edu.br



2 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo clínico randomizado com uma abordagem comparativa, está sendo desenvolvido na clínica escola de fisioterapia do Centro Universitário Cesumar (Unicesumar) do município de Maringá-Paraná.

O estudo foi inicialmente aprovado pelo comitê de ética em pesquisas envolvendo seres humanos. As pacientes foram recrutadas através de cartazes de divulgação do estudo, fixados em lugares públicos da cidade. Após concordarem, as voluntárias assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido (TCLA).

A amostra foi composta por 20 mulheres, divididas em dois grupos, sendo o G1 tratado com a cinesioterapia associada ao uso de cones vaginais e o G2 tratado apenas com a cinesioterapia. Serão realizadas 20 sessões de tratamento fisioterapêutico, com duração de 45 minutos cada sessão, numa frequência de duas vezes na semana.

Os critérios de inclusão foram: sexo feminino, idade entre 34 a 66 anos, apresentar diagnóstico clínico de incontinência urinária de esforço, e aceitar participar da pesquisa assinando o termo de consentimento livre e esclarecido.

Na realização da avaliação inicial foi aplicada a ficha de avaliação específica do setor de fisioterapia uroginecológica do Unicesumar, composta por dados pessoais, hábitos diários, queixa principal, hábitos urinários, medicações em uso, cirurgias prévias. Em seguida foi realizada a avaliação funcional do assoalho pélvico (AFA), a aplicação do King's health questionnaire e o pad test ou teste do absorvente.

Segundo Baracho 2007, a avaliação funcional do assoalho pélvico consiste em uma palpação transvaginal com a paciente em posição ginecológica, com uma luva lubrificada, sendo introduzidos o 2º e 3º dedos até o terço médio da vagina. A AFA avalia a capacidade de contração da musculatura pélvica. Para a interpretação do resultado foi considerada a escala de Oxford de força muscular, que quantifica a contração muscular em graus, variando de 0 a 5, onde grau 0 significa ausência de contração dos músculos perineais e grau 5 contração forte, com compressão firme dos dedos do examinador.

O King's health questionnaire é um questionário de qualidade de vida, composto por 30 perguntas, sendo avaliada a qualidade da saúde, o impacto da incontinência, limitações de atividades, limitação social, relacionamento pessoal, emoções, sono, energia e frequência urinária.

O pad test quantifica de maneira objetiva a perda urinária e classifica em leve, moderada e grave. As pacientes foram orientadas a ingerir 500 ml de água, utilizar por 1 hora um absorvente que foi pesado antes e depois do teste, no período de 1 hora as pacientes foram submetidas a ações que simularam atividades da vida diária. A diferença do peso do absorvente foi considerada como a perda urinária.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Até o momento as pacientes foram avaliadas com os instrumentos de avaliação descritos anteriormente. Todos os testes foram realizados sem intercorrências.

Os grupos estão sendo submetidos ao tratamento, sendo que o G1 realizou 05 sessões e o G2 realizou 06 sessões de tratamento fisioterapêutico.

Ao final das sessões de tratamento, as mulheres serão reavaliadas com os mesmos instrumentos de avaliação, sendo possível ter resultados que comprovem se a associação da cinesioterapia ao uso dos cones vaginais é mais eficiente quando comparada com a cinesioterapia de forma isolada.

REFERÊNCIAS

BARACHO, Elza; Fisioterapia aplicada a obstetrícia, uroginecologia e aspectos de mastologia. Quarta edição. Guanabara Koogan. 2007.

BEUTTENMULLER, Leila; CADER, Samária A; Macena, Raimunda M.M; ARAÚJO, Nazete S.; NUNES, Érica F.C; DANTAS, Estélio H.M; Contração do assoalho pélvico de mulheres com incontinência urinária de esforço submetidas a exercícios e eletroterapia: um estudo randomizado. **Fisioterapia e Pesquisa**, São Paulo, v. 18, n. 3, p. 210-216, jul/set. 2011.

OLIVEIRA, Talita M; VALÉRIO, Silva; CARVALHO, Jair A; SILVA, Elirez B, Cinesioterapia na incontinência urinária de esforço na mulher. **Revista científica do ITPAC**, Araguaína, v.6, n.4, outubro 2013.

PITANGUI, Ana Carolina R; SILVA, Rosemary G; ARAÚJO, Rodrigo C. Prevalência e impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de idosas institucionalizadas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.15, n.4, p. 219-226, oct/dez. 2012.



PINHEIRO, Brenda F; FRANCO, Gisela R; FEITOSA, Suellen M; YUASO, Denise R; CASTRO, Rodrigo A; GIRÃO, Manoel J.B.C; Fisioterapia para consciência perinela: uma comparação entre as cinesioterapias com toque digital e com auxílio do biofeedback. **Revista Fisioterapia em Movimento**, Curitiba, v.25, n.3, p.639-648, jul/set. 2012.

POLDEN, Margaret; MANTLE, Jill; Fisioterapia em obstetrícia e ginecologia. Segunda edição. Santos 1997.

REIS, Ariana O; CÂMARA, Cibele N.S; SANTOS, Suzele G; DIAS, Thairis S; Estudo comparativo da capacidade de contração do assoalho pélvico em atletas de voleibol e basquetebol. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v. 17, n. 2, p. 97-101, mar/abr. 2011.

SANTOS, Patrícia F.D; OLIVEIRA, Emerson; ZANETTI, Miriam R. D; ARRUDA, Raquel M; SARTORI, Marair G.F; GIRÃO, João B.C; CASTRO, Rodrigo A. Eletroestimulação funcional do assoalho pélvico versus terapia com os cones vaginais para o tratamento de incontinência urinária de esforço. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, Rio de Janeiro, v.31, n.9, p447-452, setembro 2009.