

CONTRIBUIÇÕES DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DE IDOSAS COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA: UMA REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

¹Caroline Menezes Lima

¹Mirella Alves de Souza

¹Ninalva de Andrade Santos

¹Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Jequié, Bahia, Brasil.

Eixo temático: C11 - Especialidades Fisioterapêuticas

Modalidade: Apresentação Oral

Link do ORCID do 1º autor: <https://orcid.org/0009-0007-2642-429X>

INTRODUÇÃO: A incontinência urinária é um distúrbio caracterizado pela perda involuntária de urina, sintomatologia comum em mulheres idosas, sendo associada principalmente a fatores como hipertensão arterial sistêmica, diabetes mellitus, obesidade, idade avançada e enfraquecimento dos músculos do assoalho pélvico. A incontinência urinária pode ser de esforço (ocorre quando uma atividade a exemplo de tossir e caminhar força a musculatura abdominal), de urgência (causada por contrações não inibidas do detrusor) ou mista (combinação desses dois tipos). Essa condição pode interferir no convívio social e na qualidade de vida das pessoas com esse comprometimento. O tratamento pode ser cirúrgico, conservador ou medicamentoso. A fisioterapia no tratamento conservador de disfunções urinárias desempenha papel importante por contribuir com a melhora da função de enchimento e esvaziamento vesical, aliviando sintomas como dor e incontinência urinária. **OBJETIVOS:** Investigar as contribuições da fisioterapia na qualidade de vida de mulheres idosas com incontinência urinária. **MÉTODOS:** Trata-se de estudo de revisão bibliográfica, no qual foi realizada uma busca científica nas bases eletrônicas de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Google Scholar. Foram elegíveis artigos e trabalhos de conclusão de cursos de pós-graduação publicados na língua portuguesa, com acesso gratuito, entre 2010 e 2024. A coleta foi realizada no período de julho a agosto de 2024. Os descritores utilizados foram “Incontinência urinária”, “mulheres”, “idosas”, e “fisioterapia”. **RESULTADOS:** A incontinência urinária é mais prevalente na terceira idade por conta da perda da tonicidade muscular do assoalho pélvico sendo o tratamento fisioterapêutico (conservador) o mais indicado por ser de baixo custo e com pouco risco de efeitos colaterais. O agravo traz consigo problemas de ordem física, psicológica e social afetando a qualidade de vida de seus portadores de forma considerável. **DISCUSSÃO:** A incontinência urinária possui frequência relevante na terceira idade (30 a 60% das pessoas com idade superior a 60 anos são afetadas pelo agravo). Em instituições de longa permanência, a prevalência de IU pode ser maior devido a fatores como mobilidade reduzida e comorbidades que contribuem para essa condição, além de estar associado à IU funcional, já que a limitação de locomoção dificulta a chegada ao banheiro. A anamnese deve buscar classificar o tipo de incontinência urinária, o provável fator etiológico e a sintomatologia associada ao agravo. O diagnóstico, apesar de ser eminentemente clínico, pode incluir exames complementares como medidas de volume residual pós-micção, sumário de urina e estudos urodinâmicos. Esses métodos permitem uma avaliação abrangente e precisa para a escolha do tratamento mais adequado. As principais modalidades fisioterapêuticas utilizadas no tratamento da incontinência urinária são: cinesioterapia, biofeedback, eletroestimulação neuromuscular e cones vaginais. **CONCLUSÃO:** A incontinência urinária afeta negativamente a qualidade de vida das mulheres idosas, impactando no bem-estar físico, emocional e social. A fisioterapia do assoalho pélvico, destacada na literatura, é uma estratégia eficaz que favorece a melhora da função de enchimento e esvaziamento vesical e reduz os sinais e sintomas associados à essa condição. Assim, essa intervenção deve ser considerada como primeira linha de tratamento, melhorando a autonomia e a qualidade de vida dessas mulheres.

Palavras-chave: Incontinência Urinária; Fisioterapia; Mulher; Pessoa Idosa.