



## TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE MULHERES IDOSAS – REVISÃO DE LITERATURA

Luana Rodrigues Carraro  
Cleonice Garbuio Bortoli  
Rachel Schettert de Camargo

### Resumo

**Introdução:** A incontinência urinária (IU) é definida como “a queixa de qualquer perda involuntária de urina” ocorre pela perda do controle da musculatura estriada esquelética, que forma o períneo. É uma afecção multifatorial onde a idade avançada, multiparidade, cirurgias prévias e hipoestrogenismo, bem como deformidades pélvicas, contribuem para a perda da função esfincteriana. Além desses fatores, algumas alterações decorrentes do envelhecimento, como a atrofia dos músculos e tecidos, o comprometimento funcional do sistema nervoso e circulatório podem contribuir para o surgimento dela, pois reduzem a elasticidade e a contratilidade da bexiga. **Justificativa:** A fisioterapia utiliza técnicas específicas para o tratamento da incontinência urinária, bem como cinesioterapia, eletroestimulação, reeducação neuromuscular e acupuntura, auxiliando na melhora da qualidade de vida das mulheres. **Objetivo:** verificar os métodos de tratamento fisioterapêuticos utilizados na incontinência urinária em mulheres idosas.

**Metodologia:** Foi realizado um levantamento bibliográfico utilizando os bancos de dados da saúde Lilacs, Scielo e Pubmed, utilizando os termos português “*incontinência urinária, mulher idosa e fisioterapia*” bem como os seus correspondentes em inglês “*urinary incontinence, elderly e physiotherapy*”. Os critérios de inclusão foram artigos originais, publicados nos anos de 2015 a 2020 nas línguas portuguesa e inglesa, relacionados com a fisioterapia na intervenção da incontinência urinária na saúde da mulher idosa e os de exclusão foram não possuir os dois descritores no abstract, não ter correlação com o tema de pesquisa, tratamento cirúrgico e não estar disponível na íntegra gratuitamente. Após a busca dos artigos nos bancos de dados, ocorreu a análise exploratória dos artigos através da leitura dos títulos e dos resumos conforme os critérios de inclusão, após todos os artigos selecionados foram analisados através da leitura minuciosa na íntegra. Os dados foram organizados em tabelas e analisados por meio de estatística descritiva. **Resultados:** Foram encontrados um total de 503 artigos, sendo excluídos 427 artigos após análise exploratória. Dentre os artigos selecionados, foram excluídos mais 11 artigos por serem pagos, um artigo duplicado e 59 artigos por não estar relacionados com o tema, resultando em 05 artigos para análise. Os principais métodos de tratamentos fisioterapêuticos encontrados foram o treinamento de musculatura do assoalho pélvico, estimulação transcutânea e orientações. **Conclusão:** Os tratamentos fisioterapêuticos existentes para o tratamento da incontinência urinária em mulheres idosas são o treinamento de musculatura do assoalho pélvico, estimulação transcutânea e orientações e verificou-se que eles são eficazes para amenizar os sintomas da incontinência urinária leve a moderada melhorando a qualidade de vida desses indivíduos.

**Palavras-chave:** fisioterapia; incontinência urinária e mulher idosa.