

RPG E ISOSTRETCHING NO TRATAMENTO DE MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE ESFORÇO

Vanessa Cristina Leite¹; Renata Cappellazzo Colosio²

RESUMO: A incontinência urinária é um problema que acomete muitas mulheres, interferindo na vida das mesmas em diversos aspectos. O objetivo do presente estudo é verificar a efetividade das técnicas de Reeducação Postural Global (RPG) e Isostretching, associados à contração da musculatura do assoalho pélvico, no tratamento de mulheres com incontinência urinária de esforço. Serão selecionadas 20 (vinte) pacientes com faixa etária entre 40 (quarenta) e 60 (sessenta) anos, encaminhadas a clínica de fisioterapia do Centro Universitário de Maringá (Cesumar) com diagnóstico de incontinência urinária de esforço, onde o principal critério de inclusão será apresentar diagnóstico clínico de incontinência urinária de esforço. Não serão incluídas mulheres com doenças neurológicas, portadoras de marcapasso cardíaco, diabéticas descompensadas, pacientes com outros tipos de incontinência, comprometimento da cognição, distopias genitais ultrapassando o intróito vaginal, prolapso uterino de qualquer grau, defeito esfinteriano uretral, incompatibilidade de horário para os atendimentos, dificuldade de transporte, impossibilidade de realização de exercícios físicos, assim como na compreensão dos mesmos. Inicialmente será realizada uma avaliação postural, que determinará, através dos desequilíbrios encontrados, quais posturas serão indicadas para o tratamento de cada paciente, após essa avaliação as pacientes responderão a um questionário específico para a incontinência urinária, o *king's health questionnaire* (KHG), composto por 30 perguntas que são arranjadas em nove domínios. A avaliação quantitativa da perda urinária será feita pelo teste do absorvente (PAD TEST) de uma hora padronizado pela Sociedade Internacional de Continência. A força muscular do assoalho pélvico será mensurada através da Avaliação Funcional do assoalho pélvico (AFA). Todos os procedimentos de avaliação serão realizados antes e após as intervenções terapêuticas por um examinador independente, ou seja, que não saberá a qual procedimento a paciente será submetida. Depois de serem avaliadas as pacientes serão divididas em dois grupos de tratamento, sendo o grupo I tratado com posturas do RPG, onde realizarão três posturas do método, sendo mantidas pelo período de 15 minutos cada, e o grupo II tratado com exercícios do Isostretching que farão nove posições, que serão mantidas pelo período de nove ciclos respiratórios, sendo que a cada três ciclos a paciente deverá descansar por um período. Durante a execução dos exercícios vai ser solicitada à paciente a contração do assoalho pélvico através da simulação da resistência à evacuação. Serão realizadas doze sessões com duração de uma hora por sessão. Após o tratamento as pacientes serão reavaliadas, sendo realizada avaliação estatística dos resultados encontrados. Esperasse ter como resultados dessa pesquisa uma melhora ou cura das queixas de IU das pacientes submetidas as técnicas de reeducação postural RPG e Isostretching, associadas a contração da musculatura do assoalho pélvico.

PALAVRAS-CHAVE: Incontinência urinária de esforço; Isostretching; RPG.

¹ Acadêmica do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá – Cesumar, Maringá – Paraná. Programa de Bolsas de Iniciação Científica do Cesumar (PROBIC). vanessinha.leite10@hotmail.com

² Orientadora e docente do Curso de Fisioterapia do Centro Universitário de Maringá – Cesumar. renatacappelassi@cesumar.br