

V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar  
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar  
e II Feira de Empreendedorismo  
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

EFEITOS NEGATIVOS DA INCONTINENCIA URINÁRIA NA SAÚDE DA  
MULHER

Fernanda Ferreira Mendonça <sup>1</sup>

Renan César Vieira <sup>1</sup>

Fernando Gabriel Santos Lima <sup>1</sup>

Norma Condinho Filgueiras <sup>2</sup>

Andresa de Cássia Martini Mendes <sup>2</sup>

**Resumo:** Apesar de ser um assunto pouco discutido, a incontinência urinária é um problema muito comum principalmente em mulheres, devido a uretra feminina ter um comprimento menor, podendo afetar diversas mulheres. O objetivo desse estudo é a verificação de dados sobre o tema incontinência urinária em mulheres e seus efeitos negativos sobre a saúde da mulher. Para tanto foi realizada revisão de literatura, sendo três artigos selecionados em base de dados científica, utilizando o descritor, incontinência urinária. Observou-se poucos estudos atualizados sobre o tema, porém trata-se de uma temática muito importante para a manutenção da saúde da mulher e qualidade de vida, sendo que na atualidade os tratamentos indicados para incontinência são na área da Fisioterapia. Conclui-se que há poucas produções recentes sobre o assunto, sendo necessário novas pesquisas para obter mais informações e atualizações sobre o tema e seus efeitos negativos na saúde da mulher.

**Palavras-chave:** Fatores de riscos. Perda urinária. Qualidade de vida.

## INTRODUÇÃO

A incontinência urinária é definida segundo a Sociedade Internacional de Incontinência como a perda involuntária de urina, e é classificada em três tipos: a incontinência de esforço, a de urgência e a mista, sendo a mais comum à de esforço. É um problema que atinge principalmente as mulheres, devido a uretra feminina ser relativamente curta (3 a 4 cm), mas muitas delas nem sabem sobre o assunto (VALENTE et al., 2015).

<sup>1</sup> Acadêmicos de Medicina UNIFIMES Trindade. E-mail: fernandafmendonca@academico.unifimes.edu.br

<sup>2</sup> Docentes de Curso de Medicina UNIFIMES Trindade.

**V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar  
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar  
e II Feira de Empreendedorismo  
da Unifimes**

**17, 18 e 19 de maio de 2021**

Segundo Oliveira, Rodrigues e Paula (2007), a incontinência urinária ocorre quando a bexiga não consegue armazenar a urina ou quando é incapaz de esvaziar completamente, podendo ser persistentes e/ou transitórios.

O enchimento da bexiga ocorre lentamente e vai distendendo sua parede de maneira que as fibras do nervo sensitivo transmitem sinais para a medula espinhal. Daí esses sinais serão transmitidos ao cérebro, dando a sensação e consciência da bexiga cheia. O cérebro, por sua vez, envia sinais de resposta à bexiga através da medula espinhal e ao esfíncter externo (de caráter voluntário) através do nervo periférico “podendo”; para que ele se relaxe; e a bexiga para que ela se contraia, ocorrendo dessa forma a micção. Esses fenômenos ocorrem de forma sincronizada, conhecida como micção sinérgica. Com isso, em condições normais, quando a bexiga se contrai, o esfíncter se relaxa e vice-versa (OLIVEIRA; RODRIGUES; PAULA, 2007).

A incontinência urinária de esforço ocorre quando há um aumento da pressão intra-abdominal, como no exercício físico, tosse ou espirro, que pode predispor à fraqueza perineal. Porém existem excelentes tratamentos para incontinência na área da fisioterapia e exercícios de prevenção na área do fitness também (VALENTE et al., 2015).

Segundo Metring et al (2014) os músculos da parede abdominal e o diafragma respiratório atuam em sinergismo ao assoalho pélvico e formam uma espécie de cápsula denominada “core abdominal”, as movimentações do diafragma respiratório e do assoalho pélvico acontecem paralelamente, portanto, a respiração, a continência e o controle postural funcionam de forma integrada: se um deles está deficiente, acarretará sobrecarga em outro. A autora explica que a musculatura do assoalho pélvico, ou diafragma pélvico, é composta de diversos músculos que funcionam como um grupo, com os objetivos de manutenção da continência urinária e fecal e do posicionamento dos órgãos pélvicos na localização correta.

A gestação é apenas um dos diversos fatores que propiciam a incontinência urinária, também são fatores de risco a: idade, obesidade,

**V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar  
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar  
e II Feira de Empreendedorismo  
da Unifimes**

**17, 18 e 19 de maio de 2021**



paridade, tipos de parto, peso do recém nascido, menopausa, cirurgias ginecológicas, constipação intestinal, doenças crônicas, fatores hereditários, tabagismo, consumo de cafeína e uso de drogas (HIGA; LOPES; REIS, 2008).

Haja visto o exposto, essa revisão de literatura tem como objetivo elucidar a importância da observação da presença de incontinência urinária em mulheres e idosos em geral, e seus efeitos negativos sobre a saúde desses.

## **METODOLOGIA**

Para a realização desse estudo, o instrumento de pesquisa utilizado foi a consulta na plataforma Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), com os descritores: incontinência urinária. Também foram utilizados os filtros para artigos apenas em Português e publicados no ano de 2020. A busca resultou em 7 artigos dos quais foram selecionados 3 para a realização deste trabalho.

A pesquisa trata-se de uma revisão de literatura e teve como critério de exclusão: artigos publicados em outras plataformas e artigos publicados em anos anteriores. Portanto, inicialmente foi realizado uma revisão bibliográfica, para sustentar o marco teórico e contextualizar o tema da pesquisa.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A incontinência urinária, segundo Andrade et al (2020) possui causas multifatoriais e com maior ocorrência em mulheres, o problema pode atingir principalmente a sexualidade, na satisfação sexual e diminuindo a qualidade de vida da mulher.

A incontinência urinária trás efeitos negativos na vida social das mulheres em qualquer idade. Sobre isso, o estudo de Oliveira et al (2020) revela que dos 216 idosos pesquisados, dos quais, a maioria, 187 eram do sexo feminino e a idade média de aproximadamente 70 anos, a incontinência urinária autodeclarada acomete um de 52 idosos, ou seja, uma situação recorrente entre eles. Os autores também evidenciam as repercussões negativas na vida social do idoso, podendo provocar restrições e constrangimento no convívio com

outras

# V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar e II Feira de Empreendedorismo da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021



peçoas, sendo um dos fatores que podem levar a idosa a vulnerabilidade.

A histerectomia, ou seja, remoção do útero, é a segunda cirurgia mais realizada no Brasil (ficando atrás apenas para a cirurgia de cesárea) e há indícios de que o procedimento pode estar associado a incontinência urinária. No estudo de Cruz et al (2020), houve prevalência de 35% de incontinência urinária em mulheres histerectomizadas e associação significativa entre sua presença e realização de histerectomia. Sendo a cirurgia um fator de risco para a perda involuntária de urina.

Por fim, Andrade et al (2020), relata que uma forma de realizar pesquisas na área de disfunções sexuais e incontinência urinária é a versão do ICIQ-FLUTSsex em português que "se encontra disponível, mostrando-se como uma ferramenta válida, de fácil aplicação, para avaliar a disfunção sexual em mulheres com queixa de incontinência urinária".

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Essa revisão de literatura conclui sobre as repercussões negativas que a incontinência urinária gera e os seus fatores de riscos, mesmo se tratando de temáticas distintas. Observou-se que todos os estudos prévios, tiveram em comum a ausência de tratamento ou prevenção da incontinência urinária, destacando apenas o problema sem evidenciar nenhum tipo de solução.

A análise, reflexão e discussão das produções acerca da incontinência urinária em mulheres demonstrou que, mesmo diante de uma temática tão importante na área da saúde da mulher, há poucas produções recentes sobre o assunto. Portanto, se faz necessário a realização de novas pesquisas e abordagem do tema, a fim de diminuir os efeitos negativos sobre a saúde da mulher.

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, B.F. et al. Avaliação das propriedades de medida da versão em português do "International Consultation on Incontinence Questionnaire Female Sexual Matters Associated with Lower Urinary Tract Symptoms Module" (ICIQFLUTSsex). **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, Recife, 20 (2): 565-573 abr-jun., 2020. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1519-38292020000200555&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1519-38292020000200555&script=sci_arttext)

CRUZ, S. de J.V. et al. Função sexual e incontinência urinária por esforço em mulheres submetidas à histerectomia total com ooforectomia



**PESQUISA  
UNIFIMES**



V Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar  
III Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar  
e II Feira de Empreendedorismo  
da Unifimes

17, 18 e 19 de maio de 2021

bilateral. **Fisioterapia Pesquisa**. 2020;27(1):28-33. Disponível em:  
[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-29502020000100028](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-29502020000100028)

HIGA, R.; LOPES, M.H.B.M.; REIS, M.J. Fatores de risco para incontinência urinária na mulher. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**. USP 2008; 42(1):187-92. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342008000100025#:~:text=A%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20mostrou%20que,cafe%C3%ADna%20e%20exerc%C3%ADcios%20intensos%20na](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342008000100025#:~:text=A%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20mostrou%20que,cafe%C3%ADna%20e%20exerc%C3%ADcios%20intensos%20na)

METRING, N.L. et al. Efeitos das Técnicas Fisioterapêuticas utilizando a Mecânica Respiratória no Assoalho Pélvico: Revisão Sistemática. **Revista Fisioterapia Saúde Funcional**, 2014 Jan- Jun; 3(1):23-32. Disponível em:  
<http://www.periodicos.ufc.br/fisoterapiaesaudefuncional/article/view/20579>

OLIVEIRA, CE de S. et al. Vulnerabilidade clínico-funcional de idosos em um centro de convivência. **Acta Paulista de Enfermagem**. 2020; 33:1-8. Disponível em:  
[https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002020000100448&script=sci\\_abstract&tlng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002020000100448&script=sci_abstract&tlng=pt)

OLIVEIRA, K.A.C de O.; RODRIGUES, A.B.C.; PAULA, A.B. de. Técnicas fisioterapêuticas no tratamento e prevenção da incontinência urinária de esforço na mulher. **Revista Eletrônica F@pciência**, Apucarana-PR, v.1, n.1, 31-40, 2007. Disponível em:  
[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53055582/JUSSARA3.pdf?1494330699=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTECNICAS\\_FISIOTERAPEUTICAS\\_NO\\_TRATAMENTO.pdf&Expires=1616970133&Signature=E9zskKNvNTXZflvzh154Slf7PzatKzWVvjdeLMIFaSZYC4364M3YPzBHUEuMqWLMqfpMLr6r7x3BVRnAuP5VuDj220JQ4ZXfvICp~vPj9D7u9jodkhP7cO0oBPmOkbRWG3S1qaVtJyKMbaWqDb2wj~TXTN8v47yLCDQH4NRWF3uf5bXuWQDpkrpjZP0eDe0tJ8VFND0ld~G0if~TLEqywWxzfNPqx9gnUELwXHp5DqWGkWjOcP7UzageOBsRCbUaj-BdqjtLwu8Bah5arszQQpWAoan68dgWrpY1J7QjKzyXf40~z4D9NtpkO1XZQ8kXPqbau1XjxT1p-9waQvSzg\\_\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53055582/JUSSARA3.pdf?1494330699=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTECNICAS_FISIOTERAPEUTICAS_NO_TRATAMENTO.pdf&Expires=1616970133&Signature=E9zskKNvNTXZflvzh154Slf7PzatKzWVvjdeLMIFaSZYC4364M3YPzBHUEuMqWLMqfpMLr6r7x3BVRnAuP5VuDj220JQ4ZXfvICp~vPj9D7u9jodkhP7cO0oBPmOkbRWG3S1qaVtJyKMbaWqDb2wj~TXTN8v47yLCDQH4NRWF3uf5bXuWQDpkrpjZP0eDe0tJ8VFND0ld~G0if~TLEqywWxzfNPqx9gnUELwXHp5DqWGkWjOcP7UzageOBsRCbUaj-BdqjtLwu8Bah5arszQQpWAoan68dgWrpY1J7QjKzyXf40~z4D9NtpkO1XZQ8kXPqbau1XjxT1p-9waQvSzg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA)

VALENTE, M.G. et al. Efeitos da ginástica abdominal hipopressiva sobre a musculatura pélvica em mulheres incontinentes. **Cinergis** Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc. Ano 16 - Volume 16 - Número 4 - Outubro/Dezembro 2015. Disponível em:  
<https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/6471#:~:text=Considera%C3%A7%C3%B5es%20finais%3A%20o%20protocolo%20da,abd%C3%B4men%20nas%20participantes%20deste%20estudo.>