

OS EFEITOS DA CINESIOTERAPIA E ELETROESTIMULAÇÃO NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA DE ESFORÇO EM MULHERES MENOPAUSADAS DA CIDADE DE ERECHIM/RS

Cassia Rossi Biessesek; Caren Taís Piccoli Maronesi

RESUMO: A Incontinência urinária (IU) é definida como perda involuntária de urina. A incontinência urinária de esforço (IUE) é considerada a causa mais frequente, caracterizada por uma condição que pode acarretar sérias implicações médicas, envolvendo problemas sociais, psicológicos, econômicos, higiênicos, bem como relacionamento pessoal, afetando significativamente a qualidade de vida (QV). Com base nisso, o objetivo desse estudo foi analisar os efeitos da cinesioterapia associada à eletroestimulação na IUE em mulheres menopausadas, e verificar se o tratamento se mostrou eficaz na redução dos sintomas. A amostra deste estudo contou com a participação de sete mulheres que estavam na fase da menopausa com diagnóstico clínico de IUE. Na avaliação, foi aplicado, a avaliação fisioterapêutica (anamnese e exame ginecológico), o *king's health questionnaire* (KHQ), com objetivo de analisar a QV, o pad test para mensurar a quantidade de urina perdida, e o teste de força dos músculos do assoalho pélvico (AP), para avaliar o grau de força de contração desses músculos. Todas as participantes foram submetidas a uma avaliação individual, respeitando a privacidade de cada uma. Após a avaliação, as pacientes foram submetidas a doze intervenções de fisioterapia, com duração de 50 minutos, realizadas duas vezes na semana, durante três meses. Posteriormente, as participantes foram reavaliadas pelos mesmos critérios utilizados na avaliação inicial. Os resultados obtidos demonstraram redução significativa da perda de urina, com $p=0,018$, assim como aumento na força muscular do AP com $p=0,014$, e $p=0,016$ para o tempo de contração do AP, e uma melhora significativa da QV de todas as pacientes com $p=0,008$. Sendo assim, podemos concluir que os exercícios cinesioterapêuticos associado a eletroestimulação são altamente eficazes no tratamento da IUE em mulheres menopausadas.

Palavras-chave: Incontinência Urinária de Esforço; Eletroestimulação; Cinesioterapia; Menopausa; Qualidade de Vida.