

P 4371

Treinamento do assoalho pélvico em grupo no tratamento de mulheres com incontinência urinária: uma revisão sistemática

Luciana Laureano Paiva, José Geraldo Lopes Ramos, Lia Ferla, Caroline Darski, Magda da Silva Aranchipe, Bruna Catarino, Rafaela Prusch Tomaz, Luisa Maurer, Camille Beckenkamp, Renata Schwartzman
Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA)

Introdução: A incontinência urinária (IU) é considerada um sintoma cuja prevalência aumenta com a idade, sendo mais frequente entre as mulheres. A presença da IU exerce múltiplos efeitos sobre as atividades da vida diária, a vida sexual, interações sociais e percepção da própria saúde, entre as pessoas que convivem com os sintomas. Dentre as possibilidades de tratar a IU de forma conservadora, o Treinamento dos Músculos do Assoalho Pélvico (TMAP) é recomendado como intervenção de primeira linha de tratamento para mulheres com sintomas de IUE, IUM e para algumas com IUU. Quando considerada a forma de intervenção, o tratamento da IU poderá ser desenvolvido de maneira individual ou em grupo. O TMAP envolve a contração voluntária e repetida dessa musculatura estriada e segundo recomendação da *International Continence Society* (ICS) ele deverá ser mantido entre 8 a 12 semanas. **Objetivo:** Revisar sistematicamente os efeitos do treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP) em grupo no tratamento da incontinência urinária feminina. **Metodologia:** Foram seguidas as recomendações propostas pela Colaboração *Cochrane* para revisões sistemáticas. A busca na literatura incluiu as bases de dados PubMed, Scopus, SciELO, além de busca manual, no período de abril a maio de 2015. **Resultados:** Foram encontrados um total de 1185 artigos. E desses foram incluídos nove ensaios clínicos randomizados realizados com mulheres que apresentavam IU e que realizaram o TMAP em grupo, que preenchiam os critérios estabelecidos para o estudo. O tempo de tratamento executado variou de 6 semanas a 3 meses, com uma frequência semanal entre 1 a 2 vezes. **Conclusão:** A partir desta revisão sistemática foi possível verificar que o treinamento supervisionado dos músculos do assoalho pélvico realizado em grupo, quando comparado à modalidade individual mostrou-se igualmente eficaz na melhora dos sintomas da IU em mulheres. Por outro lado, a abordagem em grupo foi mais eficaz quando comparada ao tratamento individual não supervisionado, domiciliar ou ao grupo controle. **Palavras-chaves:** Fisioterapia, incontinência urinária feminina, músculos do assoalho pélvico. Revisão sistemática. Projeto 15-0271