

Fisioterapia Uroginecológica

Técnica é imprescindível em disfunções do assoalho pélvico

Quando o assunto é relacionado ao aparelho genito-urinário, geralmente se tem uma imagem distorcida do que realmente acontece. A autoestima do indivíduo é afetada, levando-o ao isolamento da família e da sociedade devido aos constrangimentos causados e, com isso, paga-se um preço muito alto – tanto físico quanto emocional. Neste contexto, a fisioterapia uroginecológica contribui como um tratamento de grande relevância para a saúde. É um serviço diferenciado e especializado por atuar nas diferentes disfunções do assoalho pélvico, por meio da sua reeducação funcional.

A fisioterapia uroginecológica é indicada em casos de distúrbios uroginecológicos, como por exemplo, a incontinência urinária (IU). A prevalência de IU é maior em mulheres. Segundo estatística levantada para o Standardisation Sub-committee of the International Continence Society, em mulheres de 15 a 64 anos, varia de 10% a 56% e depende das características das populações em estudo. Porém, mesmo com esta elevada prevalência, apenas 25% destas mulheres procura ajuda médica.

Dentre as causas de incontinência, destaca-se a gestação. A IU gestacional corre quando o aumento do útero pelo crescimento do bebê sobrecarrega a bexiga e a musculatura do períneo. Algumas

cirurgias ginecológicas e até mesmo partos (vaginal ou cesáreo) podem levar ao prolapso de órgãos (queda ou mudança de local). Estresse e menopausa também podem ser causadores do problema na mulher. Já nos homens, a incontinência urinária acontece principalmente depois da retirada de tumor cancerígeno na próstata ou na bexiga.

O tratamento fisioterapêutico uroginecológico visa restaurar e reeducar os músculos do assoalho pélvico, normalizando a função perineal. Esta reeducação é feita através de exercícios ativos, com e sem resistência, de orientação nas atividades cotidianas e naquelas que levam à perda de urina. O tratamento tem como objetivos específicos proporcionar continência urinária normal, estática pélvica equilibrada, função anorectal satisfatória e função sexual adequada.

Outro recurso utilizado pelo fisioterapeuta no tratamento é a eletroterapia que se utiliza de aparelhos específicos de uroginecologia atuando de forma extra ou endocavitária (internamente pelo canal vaginal e/ou anal). O objetivo principal da eletroterapia é promover a contração dos músculos do assoalho pélvico por eletroestimulação, não necessitando da participação ativa do paciente.

Já na terapia por Biofeedback, outro recurso utilizado no tratamento, o paciente participa ati-

vamente das contrações musculares, ajudando no monitoramento da força dos músculos do assoalho pélvico. Para dar início ao tratamento, o paciente precisa ter diagnóstico médico comprovando a presença do distúrbio relacionado à função uroginecológica; possuir EAS (exame de rotina de urina) negativo para que não haja risco de infecção e sempre que possível, o exame de urodinâmica.

A fisioterapia uroginecológica, como parte da reabilitação, produz ótimos resultados para o paciente trazendo de volta sua autoestima e motivação.

Cynthia Simão

Fisioterapeuta do Setor de Fisioterapia Uroginecológica da Associação Fluminense de Reabilitação (AFR)

