

## A PERCEPÇÃO CORPORAL DE MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA USUÁRIAS DO SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Luciana Laureano Paiva; Bruna Maciel Catarino; Rafaela Prusch Thomaz

A incontinência urinária está entre as disfunções urinárias com maior prevalência entre as mulheres idosas e estudos apontam que, com base no envelhecimento populacional mundial, essa prevalência tende a aumentar, alcançando um aumento de até 18% em 2018. As mulheres de um modo geral apresentam pouca percepção corporal dos músculos do assoalho pélvico, o que pode contribuir para baixa capacidade de contração dessa musculatura. Além disso, mulheres com sintomas de incontinência urinária tendem a apresentar maior dificuldade em realizar essa contração de forma adequada. O projeto de Extensão Fisioterapia Pélvica é destinado exclusivamente a usuárias do Sistema Único de Saúde, realizado em parceria com a equipe médica do Ambulatório de Uroginecologia do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) e tem por objetivo contribuir no manejo da incontinência urinária feminina e incentivar o autocuidado, promovendo ações que estimulem a propriocepção, a percepção corporal e o treinamento funcional dos músculos do assoalho pélvico. É desenvolvido por meio de oficinas em grupo realizadas nas quartas feiras à tarde, conduzidas por uma docente, bolsistas do projeto, acadêmicos da disciplina de Saúde da Mulher e do Homem do curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul e fisioterapeutas vinculadas ao Programa de Pós Graduação do HCPA. O número de mulheres com queixa de perda urinária atendidas no ambulatório é bastante expressivo e por meio da parceria estabelecida tornou-se possível garantir um atendimento integrado entre a Fisioterapia e a Medicina. No período compreendido entre agosto de 2013 a agosto de 2015 participaram do projeto 224 mulheres encaminhadas pela equipe médica, as quais realizaram avaliação da funcionalidade da musculatura do assoalho pélvico com a equipe da Fisioterapia Pélvica através da palpção bidigital e da escala de Oxford Modificada, que gradua de 0 a 5 a força realizada por essa musculatura. De acordo com essa escala, 0 significa ausência de contração muscular e 5 contração muscular forte. Dentre as mulheres avaliadas, 66% apresentaram contração muscular inadequada (entre grau 0 e 2). Percebe-se na prática que as mulheres que apresentam maior dificuldade de realizar a contração da musculatura do assoalho pélvico demonstram dificuldade em compreender as instruções dos exercícios, por não conseguir distinguir partes do corpo ou não perceber se estão realizando contração correta dessa musculatura. Portanto, quando se pensa em estratégias eficientes de intervenção em grupo, sob o olhar da Fisioterapia, na busca da melhora dos sintomas da incontinência urinária feminina, deve-se levar em consideração a melhora da percepção corporal como ponto de partida para reestabelecer a funcionalidade da musculatura do assoalho pélvico.

Descritores: assoalho pélvico; incontinência urinária; percepção corporal.