

UNIVERSIDADE FEDERAL DE UBERLÂNDIA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA – FAEFI
CURSO DE GRADUAÇÃO EM FISIOTERAPIA

JANAINA BERNALDINO SOUZA

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES SUBMETIDAS AO
TREINAMENTO DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO PARA
TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA**

Orientadora: Profa. Dra. Vanessa Santos Pereira Baldon

Co-orientadora: Profa. Ms. Rafaela de Melo Silva

UBERLÂNDIA

2019

JANAINA BERNALDINO SOUZA

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES SUBMETIDAS AO
TREINAMENTO DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO PARA
TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA**

Trabalho de Conclusão de Curso de graduação, apresentado à disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso III, do Curso de Graduação em Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia - UFU, como requisito para obtenção do grau em Bacharel em Fisioterapia.

Orientadora: Profa. Dra. Vanessa Santos Pereira Baldon

Co-orientadora: Profa. Ms. Rafaela de Melo Silva

UBERLÂNDIA

2019



Apresentação

De acordo com o artigo 14º do Capítulo VI do Regulamento Interno de apresentação e avaliação dos Trabalhos de Conclusão do Curso de graduação em Fisioterapia da UFU, o discente poderá apresentar o TCC no formato de monografia ou artigo científico, quando a apresentação for em formato de artigo, a formatação deverá atender as normas da revista, que deverá ser indicada na Folha de Rosto.

Este TCC está apresentado em formato de artigo científico, e por essa razão, obedece às normas Vancouver e está em acordo com as instruções aos autores da revista almejada para publicação: Revista Brasileira de Fisioterapia. O artigo será apresentado em português e posteriormente os autores farão a tradução para o inglês.

Essa pesquisa foi desenvolvida no Laboratório de Desempenho Cinesiofuncional Pélvico e Saúde da Mulher (LADEP) FAEFI-UFU, com colaboração do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Fisioterapia na Saúde da Mulher da UFU.

SUMÁRIO

Resumo.....	6
Abstract.....	7
Introdução.....	8
Métodos.....	9
Resultados.....	11
Discussão.....	12
Conclusão.....	14
Referências.....	15

**AVALIAÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES SUBMETIDAS AO
TREINAMENTO DOS MÚSCULOS DO ASSOALHO PÉLVICO PARA
TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA**

*EVALUATION OF QUALITY OF LIFE OF WOMEN UNDER THE TRAINING OF
PELVIC FLOOR MUSCLES FOR TREATMENT OF URINARY INCONTINENCE*

JANAINA BERNALDINO SOUZA¹, VANESSA SANTOS PEREIRA BALDON²,
RAFAELA DE MELO SILVA²

1. Discente do Curso de Graduação em Fisioterapia Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia; MG.
2. Departamento de Fisioterapia da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia – Uberlândia.

Palavras chave: Assoalho pélvico, Incontinência Urinária, Qualidade de vida, Fisioterapia.

Keywords: Pelvic floor, Urinary Incontinence, Quality of life, Physical Therapy.

Endereço para correspondência

Janaina Bernaldino Souza

E-mail: janaina_bernaldino@hotmail.com

Rua Benjamin Constant, 1286 - Bairro Aparecida

CEP: 38400-678; Uberlândia – MG

Resumo

Introdução: Mulheres têm a qualidade de vida afetada nos níveis físico, psíquico, emocional, social e econômico. A utilização de questionários que avaliem o impacto da incontinência urinária na qualidade de vida das mulheres é fundamental para identificação da patologia, acompanhamento do tratamento e satisfação do paciente.

Objetivos: Investigar a qualidade de vida de mulheres incontinentes antes e após uma intervenção fisioterapêutica baseada no treinamento dos músculos do assoalho pélvico, por meio do *International Consultation on Incontinence Questionnaire – Short Form*.

Métodos: Trata-se de um estudo observacional, transversal com abordagem quantitativa, desenvolvido na Ambulatório de Fisioterapia em Uroginecologia da Universidade Federal de Uberlândia (CAAE: 10013118.4.0000.5152), todas as participantes que aceitaram participar do estudo assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. A avaliação e aplicação do questionário ocorreu previamente ao tratamento fisioterapêutico e após 12 semanas de tratamento, que teve frequência de duas sessões semanais, com duração de 50 minutos.

Resultados: Foram incluídas 16 voluntárias. Houve melhora estatisticamente significativa do escore do *ICIQ-SF* comparando os valores antes e depois do tratamento (antes da intervenção: 15,25(4,49) - depois da intervenção 8,43(5,89); $p=0,01$). **Conclusão:** Os resultados apontam que houve melhora no impacto dos sintomas miccionais na qualidade de vida das mulheres após 12 semanas de reabilitação fisioterapêutica dos músculos do assoalho pélvico, confirmando que o tratamento fisioterapêutico é uma importante estratégia para melhora da função muscular e também da qualidade de vida de mulheres.

Abstract

Introduction: Women with urinary incontinence have quality of life affected at the physical, psychic, emotional, social and economic levels. The use of questionnaires that assess the impact of urinary incontinence on women's quality of life is fundamental for identifying the condition, monitoring treatment and patient satisfaction. **Objectives:** To investigate the quality of life of incontinent women before and after a physical therapy intervention based on pelvic floor muscle training through the International Consultation on Incontinence Questionnaire - Short Form. **Methods:** This is an observational, cross-sectional study with a quantitative approach, developed at the Urogynecology Physical Therapy Ambulatory of the Federal University of Uberlândia (CAAE: 10013118.4.0000.5152). All participants who agreed to participate signed a free and informed consent form. The evaluation and application of the questionnaire occurred before the physical therapy treatment and after 12 weeks of treatment, which was attended by two weekly sessions, lasting 50 minutes. **Results:** 16 volunteers were included. There was a statistically significant improvement in the ICIQ-SF score comparing values before and after treatment (before intervention: 15.25 (4.49) - after intervention 8.43 (5.89); $p = 0.01$) . **Conclusion:** The results indicate that there was an improvement in the impact of voiding symptoms on the quality of life of women after 12 weeks of physical therapy rehabilitation of the pelvic floor muscles, confirming that physical therapy treatment is an important strategy for improving muscle function and quality of life. Women's life.

Introdução

A Incontinência Urinária (IU) é definida como toda perda involuntária de urina segundo a Sociedade Internacional de Continência (ICS)¹ e acomete indivíduos de diferentes idades. As mulheres que apresentam queixa de perda involuntária de urina relatam ter a qualidade de vida afetada. Trata-se de uma patologia conhecida que causa impacto negativo em diferentes domínios da vida da mulher, não somente a nível físico, mas também a nível psíquico, emocional e social².

A IU se classifica em três tipos: Incontinência Urinária por Esforço (IUE), Incontinência Urinária de Urgência (IUU) e Incontinência Urinária Mista (IUM). A IUE é bastante frequente em mulheres, acometendo cerca de 23% da população no Brasil com prevalência de 35% na perimenopausa ou menopausa, e se caracteriza pela perda de urina ao espirar, por exemplo, onde ocorre um aumento de pressão intra abdominal³.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1995)⁴ a qualidade de vida corresponde à “percepção do indivíduo de sua inserção na vida, no contexto de cultura e sistemas de valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações”. Na da Saúde da Mulher, observa-se que com o passar dos anos as mulheres ao envelhecer tendem a diminuir a sua qualidade de vida e adquirir limitações físicas, caracterizando o processo comum do envelhecimento.

A reabilitação dos MAP é considerada a primeira linha de intervenção conservadora no tratamento de mulheres com IUE, urgência ou mista. Kegel⁵ encontrou 84% de taxa de cura após o treinamento dos MAP em mulheres com variados tipos de IU. Um programa de reabilitação para os MAP pode incluir o uso de

diferentes técnicas, incluindo o biofeedback, estimulação elétrica funcional (FES), exercícios voltados para os MAP e utilização de cones vaginais⁶.

A utilização de questionários que avaliem o impacto da IU na qualidade de vida das mulheres é fundamental para identificação da patologia, acompanhamento do tratamento e satisfação do paciente, visto que são ferramentas específicas, simples e autoaplicáveis que têm sido amplamente utilizadas nas pesquisas e podem ser incluídas também na prática clínica. Além disso, por meio da aplicação de questionários o avaliador passa a conhecer a visão do paciente perante a sua condição⁷.

Diante da importância do assunto na saúde feminina e na saúde pública, o objetivo do presente estudo é investigar a qualidade de vida de mulheres incontinentes por meio do *International Consultation on Incontinence Questionnaire - Short Form (ICIQ-SF)*⁸, antes e após uma intervenção fisioterapêutica baseada no treinamento dos MAP.

Métodos

Trata-se de um estudo observacional de caráter transversal, com abordagem quantitativa. O estudo foi desenvolvido na Clínica Escola de Fisioterapia da Universidade Federal de Uberlândia e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa na Universidade Federal de Uberlândia (CAAE: 10013118.4.0000.5152). As voluntárias foram avaliadas em dois momentos: antes e após uma intervenção fisioterapêutica, utilizando uma ficha de avaliação e o questionário *ICIQ-SF*, validado para a língua portuguesa/Brasil⁸.

Após o convite para ingressar na pesquisa, as mulheres convidadas a assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido. Foram incluídas no tratamento as

mulheres com queixas de IUE ou IUM, que soubessem realizar contração dos MAP e ser classificada com força a partir de grau 2 na Escala de Oxford Modificada e mulheres que já passaram por intercurso sexual. Foram excluídas mulheres que foram submetidas à reabilitação fisioterapêutica dos MAP previamente, que apresentaram doenças de ordem neuromuscular ou doença ginecológica em curso, infecção urinária no momento da pesquisa, e mulheres que apresentem resistência à palpação digital vaginal.

A intervenção fisioterapêutica aconteceu em grupos de tratamento, com frequência de duas vezes por semana, durante 50 minutos, totalizando 12 semanas. As mulheres foram submetidas a protocolos com orientações em relação a IU e exercícios específicos voltados para o treinamento dos MAP. A Ficha de Avaliação foi composta por questões relacionadas a queixa principal da voluntária, medicamentos em uso, outras doenças e comorbidades associadas, histórico familiar, histórico ginecológico e obstétrico.

O *ICIQ-SF* é um questionário validado, simples e breve. É um instrumento amplamente utilizado para avaliar o impacto da IU na qualidade de vida, além de qualificar a perda urinária de homens e mulheres. O questionário é composto por quatro questões relacionadas à frequência, gravidade, impacto da IU, e oito itens de autodiagnostico referentes às causas ou a situações de IU vivenciadas pelo entrevistado⁸.

O questionário foi entregue para a voluntária e lido pelo avaliador antes de ser preenchido. Para cálculo do score, foram somadas as questões 3, 4 e 5 e a pontuação variou entre 0 e 21, sendo que quanto maior a pontuação obtida, pior é a qualidade de vida relacionada da voluntária⁸.

Para a análise estatística foi utilizado o software SPSS, versão 20.0. A normalidade dos dados foi testada pelo Teste Shapiro Wilk, a comparação foi feita com o teste T pareado. Foi considerado intervalo de confiança de 95%.

Resultados

Foram incluídas 16 voluntárias no estudo. Na Tabela 1 está descrita a caracterização da amostra.

Tabela 1 – Caracterização da amostra.

	n=16
	Média(DP)
Idade (anos)	55,93(9,87)
IMC (Kg/m ²)	27,04(4)
Paridade	2,56(1,03)
	<i>n(%)</i>
Tabagismo	3(18,75)
Menopausa	12(75)
Terapia de Reposição Hormonal	3(18,75)
Prática de atividade física	8(50)
Incontinência Urinária por Esforço	11(68,75)
Incontinência Urinária Mista	5(31,25)

IMC: Índice de Massa Corporal; DP: desvio padrão

Os dados relacionados ao escore obtido por meio do questionário ICIQ-SF antes e após a intervenção fisioterapêutica estão descritos na Tabela 2.

Tabela 2 – Escore obtido por meio do questionário ICIQ-SF.

Questionário	Antes da intervenção	Depois da intervenção	P valor
	Média(DP)	Média(DP)	
ICIQ-SF	15,25(4,49)	8,43(5,89)	0,01*

*Teste t pareado; DP: desvio padrão; ICIQ-SF: *International Consultation on Incontinence Questionnaire – Short Form*

Discussão

O objetivo do presente estudo foi investigar a qualidade de vida de mulheres incontinentes por meio de um questionário, antes e após uma intervenção fisioterapêutica baseada no treinamento dos MAP. Houve interesse em realizar esse estudo como forma de conhecer a visão das mulheres incontinentes sobre a sua condição de saúde e o impacto dos sintomas urinárias na qualidade de vida das mesmas. Além disso, interessou-nos evidenciar a importância da Fisioterapia no tratamento da disfunção, por meio da comparação dos escores obtidos no questionário aplicado.

Houve diferença estatisticamente significativa do escore do *ICIQ-SF* comparando os valores antes e depois da intervenção fisioterapêutica, apontando que houve melhora no impacto dos sintomas miccionais na qualidade de vida das mulheres após 12 semanas de reabilitação fisioterapêutica dos MAP, confirmando que o tratamento fisioterapêutico é uma importante estratégia para melhora da função muscular e também da qualidade de vida de mulheres.

Foram incluídas voluntárias com idade mais avançada, com média de idade de 55,93(9,87) anos, com IMC médio de 27,04(4) Kg/m² caracterizando sobrepeso, a

maioria das voluntárias relataram IUE (68,7% dos casos) e metade delas relataram praticar atividade física. Além disso, a grande maioria (75%) das mulheres incluídas no estudo já passaram pela menopausa. Diante das características da amostra, é possível perceber que as mulheres possuem os fatores de riscos clássicos para a IU, como sobrepeso, idade avançada, e a menopausa, devido ao hipoestrogenismo.

A Sociedade Internacional de Continência recomenda a Fisioterapia como tratamento de primeira linha para a IU. Dentre os recursos, o mais utilizado é a cinesioterapia, que se baseia em exercícios de fortalecimento dos MAP, o qual aumenta o tônus e a resistência uretral⁹. A IU é uma das doenças crônicas mais comuns no sexo feminino e atualmente é considerada uma doença social das mulheres em todas as faixas etárias¹⁰. A literatura comprova que a atuação da fisioterapia ajuda a reverter o quadro de IU, e o presente estudo demonstra que a qualidade de vida das mulheres melhorou após a intervenção fisioterapêutica.

Segundo alguns relatos das voluntárias durante a avaliação inicial, existe um receio de se urinar em público, o que oferece limitação nas relações interpessoais, no trabalho e festas familiares. Devido a isso, normalmente as mulheres sentem necessidade de usar dispositivos de proteção como fraldas, absorventes, panos, em suas roupas íntimas. Tais informações estão relacionadas diretamente com a qualidade de vida e com os valores encontrados na aplicação do primeiro questionário.

No estudo de Silva (2017)¹¹, foi realizada uma entrevista a partir de uma questão norteadora ao final do estudo: “O quanto você melhorou com as atividades de fortalecimento do assoalho pélvico?”. As respostas em unanimidade convergiram para uma única frase: “Melhorou muito, melhorou bastante”. Após a intervenção

fisioterapêutica, no presente estudo, todas as mulheres relataram melhora dos sintomas de perda urinária e algumas relatam remissão total.

Outros fatores como gênero, idade, condição socioeconômica e a quantidade de perda urinária, também podem ser responsáveis pelas diferenças do comportamento pessoal frente à IU¹². Entretanto, mesmo sendo uma condição comum entre as mulheres, ainda é um assunto que causa constrangimento e pouco mais da metade destas mulheres que têm algum tipo de IU e, em especial a IUE, revelam o problema e procuram tratamento¹³.

Recomendamos que mais estudos sejam feitos com seguimento maior, e maior número amostral. Além disso, outros estudos são necessários com aplicação de outros tipos de questionários para avaliação da qualidade de vida das pacientes.

Conclusão

Houve melhora no impacto dos sintomas miccionais na qualidade de vida das mulheres após 12 semanas de reabilitação fisioterapêutica dos MAP.

Referências

- 1- Haylen BT, Robert M, Freeman SE, Swift MCG, Willy PL. et al. An International Urogynecological Association (IUGA)/International Continence Society (ICS) joint terminology and classification of the complications related directly to the insertion of prostheses (meshes, implants, tapes) and grafts in female pelvic floor surgery. *Neurourology and Urodynamics*, 2011;30(1): 2-12.
- 2- Botlero R, Urquhart DM, Davis SR, Bell RJ. Prevalence and incidence of urinary incontinence in women; Review of the literature and investigation of methodological issues. *International Journal of Urology*, 2008;15(3): 203-4.
- 3- Marques A de A, Ferreira N de O. Fisiologia da Micção e Fisiopatologia da Incontinência Urinária. *Tratado de Fisioterapia em Saúde da Mulher*. 1a. São Paulo: Roca, 2011:269-76.
- 4- OMS. (1995). The World Health Organization Quality of Life Assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization. *Social Science and Medicine*, 41 (10), 403-409.
- 5- Kegel AH. Progressive resistance exercise in the functional restoration of the muscles. *Am J Obstet Gynecol*. 1948;56:238-49.
- 6- Bø K. Pelvic floor muscle training is effective in treatment of female stress urinary incontinence, but how does it work? *Int Urogynecol J Pelvic Floor Dysfunct*. 2004;15(2):76-84.

- 7- Abreu NS, Baracho ES, Tirado MGA, Dias RC. Qualidade de vida na perspectiva de idosas com incontinência urinária. *Rev Bras Fisioter.* 2007;11(6): 429- 436.
- 8- Tamanini JTN, Dambros MD, Ancona CAL, Botega NJ, Netto Jr NR. Validação do “King’s Health Questionnaire” para o português em mulheres com incontinência urinária. *Rev. Saúde Pública.* 2003; 37 (2).
- 9- Costa AP, Santos FDRP. Approach to physiotherapy in the treatment of urinary stress incontinence: literature review. *Femina.* 2012;40(2).
- 10- Wiśniewska B. et al. Urinary stress incontinence - one of basic diseases of modern society. *Pol merkuriusz lek.* 2015;38(223): 51-54.
- 11- Silva LWS, Lucas TQC, Santos SSO, Novaes VS, Pires EPOR, Lodovici FMM. Fisioterapia na incontinência urinaria: olhares sobre a qualidade de vida de mulheres idosas. *Rev. Kairos- Gerontologia.* 2017; 20(1): 221-238.
- 12- Papanicolau S, Hunskaar S, Lose G, Sykes D. Assessment of bothersomeness and impact on quality of life of urinary incontinence in women in France, Germany, Spain and UK. *BJU Int.* 2005; 96(6):831-8.
- 13- Fultz NH, Burgio K, Diokno A, Kinchen KS, Obenchain R, Bump RC Burden of stress urinary incontinence for community-dwelling women. *Am J Obstet Gynecol.* 2003; 189(5):1275-82.