

processo de ressocialização.

É preciso acreditar, é preciso dar a mão, pois é fundamental que as pessoas privadas de liberdade percebam que esse mundo também é delas, que também fazem parte da teia social.

Se você quiser saber um pouco mais sobre o

projeto *Marias*, assista ao podcast do programa Estação Cidadania, da UFRGS, disponível no endereço <https://www.youtube.com/watch?v=rapRgREkV1o&t=276s>; acesse o e-book *Marias: histórias para além das grades*, disponível em <https://www.univates.br/editora-univates/publicacao/348> ou nos chame pelo e-mail [projetomarias@univates.br](mailto:projetomarias@univates.br). ◀

# Fisioterapia pélvica presencial e por teleatendimento no tratamento da incontinência urinária feminina: relato da parceria ensino-serviço entre UFRGS e HCPA

Luciana Laureano Paiva<sup>1</sup>, José Geraldo Lopes Ramos<sup>2</sup>, Ana Selma Picoloto<sup>2</sup>, Nathália Souza da Silva<sup>1</sup>, Giulia de Oliveira Silveira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança - ESEFID/UFRGS

<sup>2</sup>Faculdade de Medicina - FAMED/UFRGS

O projeto de extensão universitário “Fisioterapia Pélvica no Tratamento da Incontinência Urinária Feminina” iniciou em 2013, sob a coordenação da professora Dra. Luciana Laureano Paiva, do Curso de Fisioterapia, em parceria com os professores Dr. José Geraldo Lopes Ramos e a Dra. Ana Selma Picoloto, do Curso de Medicina da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e a equipe do Ambulatório de Uroginecologia do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA). Essa atuação vem sendo desenvolvida há 11 anos, através de uma abordagem abrangente, interdisciplinar e de qualidade, considerando tanto os aspectos clínicos como funcionais relacionados à incontinência urinária. Esse tratamento tem sido de suma importância para as pacientes da rede pública de saúde.

A Incontinência Urinária (IU) é caracterizada pela *International Continence Society* como qualquer perda involuntária de urina (ABRAMS *et al.*, 2018). Está associada a uma variedade de fatores, como gestação, parto, menopausa, envelhecimento e obesidade, podendo se manifestar ao tossir, espirrar, levantar objetos pesados, ou durante a prática de atividades físicas e/ou esportivas.

É um problema de saúde que afeta milhões de mulheres em todo mundo, em torno de 26% da população feminina, nas diferentes faixas etárias, resultando em custos econômicos significativos para os sistemas de saúde (MOSTAFEI *et al.*, 2020).

A presença desses sintomas pode gerar um



Equipe do Projeto de Extensão Fisioterapia Pélvica HCPA/UFRGS Fonte: autor

conscientização sobre opções de tratamento disponíveis. Por essa razão, é fundamental que sejam implementadas estratégias de prevenção, conscientização e acesso a cuidados de saúde, como forma de reduzir o impacto da incontinência urinária na qualidade de vida das pessoas que convivem com essa disfunção.

Dentre as opções de tratamento conservador da incontinência urinária feminina podemos destacar a atuação da Fisioterapia Pélvica por meio do Treinamento dos Músculos do Assoalho Pélvico, recomendada pela *International Continence Society* como a primeira linha de intervenção terapêutica (ABRAMS *et al*, 2018), com níveis relevantes de evidências científicas.

impacto significativo na vida das mulheres, afetando sua saúde física, bem-estar emocional e interações sociais, restringindo suas atividades diárias, laborais, prática esportiva, participação em eventos sociais e vida sexual. Além disso, a incontinência urinária pode levar a sentimentos de vergonha, constrangimento, isolamento social, ansiedade e baixa autoestima, interferindo nos relacionamentos pessoais e na qualidade de vida geral (CONEY *et al*, 2013). Muitas mulheres não buscam tratamento adequado devido ao estigma social e à falta de

Essa estratégia terapêutica realizada de forma supervisionada por fisioterapeuta se mostra um método seguro, com mínimos efeitos colaterais, podendo ser associado com outras terapias. (DUMOULIN *et al*, 2018). Outra vantagem desse tratamento é a sua possibilidade de ser desenvolvido em grupo, tanto de forma presencial como por meio de teleatendimento (COFFITO, 2020), facilitando assim o acesso das pacientes, a absorção da demanda nos serviços públicos de saúde e a redução dos custos.



Grupo de Fisioterapia Pélvica Fonte: autor

O projeto de extensão é desenvolvido junto ao Ambulatório de Uroginecologia, localizado na Zona 6 do HCPA, nas quartas-feiras à tarde. As pacientes com sintomas de incontinência urinária atendidas são oriundas de Porto Alegre e também de outras cidades do Estado, encaminhadas por meio da Rede Pública de Atenção à Saúde. As atividades realizadas pela equipe da Fisioterapia Pélvica incluem avaliação e reavaliação de forma individual das pacientes, atendimentos no grupo, tanto de forma presencial e por teleatendimento. A equipe de trabalho é composta por docentes, bolsistas de extensão e iniciação científica, fisioterapeutas, mestrandos e doutorandos, acadêmicos e residentes. A experiência vivenciada em um cenário real de prática multiprofissional enriquece a formação dos futuros profissionais da Fisioterapia e da Medicina e dos alunos da Pós-Graduação da UFRGS que atuam de forma integrada na prática clínica e na produção do conhecimento.

Considerando a importância de abordar a incontinência urinária feminina como sendo uma questão de saúde pública, este projeto torna acessível o tratamento na área da Fisioterapia Pélvica para as pacientes atendidas pelo Sistema Único de Saúde. Essa parceria entre a UFRGS e o HCPA proporciona um atendimento interdisciplinar abrangente, democratizando o acesso,



Premiação no Salão de Extensão da UFRGS/2022  
Fonte: autor

forneendo cuidados de saúde essenciais com o propósito de melhorar a qualidade de vida e bem-estar de pacientes com diferentes realidades socioeconômicas. Além disso, promove a capacitação dos acadêmicos e alunos da Pós-Graduação, contribuindo para produção de conhecimento científico na área da Saúde da Mulher, gerando assim impactos positivos para a comunidade. ◀

## Referências

- BABRAMS, Paul et al 6th International Consultation on Incontinence. Recommendations of the International Scientific Committee: Evaluation and Treatment of Urinary Incontinence, Pelvic Organ Prolapse and Faecal Incontinence. **Neurourol Urodyn.** v.37,n.7, p.2271-2272, 2018. doi: 10.1002/nau.23551
- COFFITO. Teleconsulta, Telemonitoramento e teleconsultoria. Resolução n. 516, 20 março 2020. <https://www.coffito.gov.br/nsite/?p=15825>. Acessado: 02.06.2023.
- CONEY, Karin et al. The Prevalence of Lower Urinary Tract Symptoms (LUTS) in the USA, the UK and Sweden: Results from the Epidemiology of LUTS (EpiLUTS) Study. **BJU Intern.** v.112, n3, p.337-342, 2013. doi: 10.1002/nau.22700
- DUMOULIN, Chantele, CACCIARI, Licia P, HAY-SMITH, E Jean. Pelvic floor muscle training versus no treatment, or inactive control treatments, for urinary incontinence in women. **Cochrane DatabaseSyst Rev.** v.10, n.10, 2018. doi:10.1002/14651858.CD005654.pub4
- MOSTAFAEI, Hadi et al S, et al. Prevalence of Female Urinary Incontinence in the Developing World: A Systematic Review and Metaanalysis - A Report from the Developing World Committee of the International Continence Society and Iranian Research Center for Evidence Based Medicine. **Neurourol Urodyn.** V.39, n.4, p.1063-1086, 2020. doi: 10.1002/nau.24342