



PREVENÇÃO E MANEJO DA INCOMPETÊNCIA URINÁRIA FEMININA

Maria Eduarda Bezerra do Nascimento

Graduanda em Enfermagem

Centro Universitário Fametro

E-mail: maddunascimento319@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0009-9720-0562>

Victor Hugo Júlio da Rosa

Enfermeiro

Faculdade Centro Universitário Sudoeste Paulista

Especializado: Ginecologia e Obstetrícia

Consultoria em Amamentação

Urgência e Emergência

Curso atualmente: Medicina

USCS - Universidade de São Caetano do Sul, Campus Itapetininga

E-mail: vjuliorosa04@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-0874-6733>

Vanessa Ximenes Bertoldo Rolim

Enfermagem

Universidade estadual Vale do Acaraú- uva

E-mail: Vamessa2xb@gmail.com

Orcid: <https://orcid.org/0009-0006-6249-6349>

Karyne Vilanova Andrade

Fisioterapeuta assistencial -

Maternidade Escola Assis Chateaubriand - MEAC/EBSERH/UFC

Endereço: Rua Coronel Nunes de Melo, s/n - Rodolfo Teófilo - CEP 60430-270 - Fortaleza - Ce

E-mail: karyne.andrade@ebserh.gov.br

Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-0111-5707>



Andre Paschoa

Graduando em Enfermagem
Faculdade Souza Marques
E-mail andreppj@gmail.com

Roseane dos Santos Silva

Enfermagem
Faculdade Anísio Teixeira
E-mail: roseanedossantos1213@gmail.com

Guilherme de Matos Brito

Bacharel em nutrição
Centro Universitário AGES - Senhor do Bonfim - BA
E-mail: guilhermeindica1957@gmail.com
Orcid: 0009-0004-4208-713X

Laís de Souza Fontenele

Enfermeira
Universidade Federal do Ceará

Ívina Feitosa de Araújo

Nutrição
Faculdade São Francisco da Paraíba
E-mail: ivinafaraujo@gmail.com

Vithória Emanuelle Souto Vieira

Centro Universitário Una
Nutrição
E-mail: vithoriaemanuelle2@gmail.com
Orcid: 0009-0001-0285-2042

Vanessa Ximenes Bertoldo Rolim

Enfermeira
Universidade estadual vale do Acaraú - UVA
Itapipoca/Ce
E-mail: Vanessa2xb@gmail.com

Vitoria dos Santos Silva

Enfermeira
Centro Universitário UniFTC
E-MAIL: vicklima318@gmail.com



Dados da publicação: Artigo recebido em 19 de Junho e publicado em 09 de Agosto de 2024.

DOI: <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n8p-1471-1482>

Autor correspondente: Maria Eduarda Bezerra do Nascimento

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).





RESUMO

Este artigo tem como objetivo identificar os possíveis impactos da incontinência urinária na vida das mulheres, uma vez que é um problema mais comum em mulheres. A definição de incontinência urinária é caracterizada por qualquer perda involuntária de urina, que causa preocupação social ou de saúde ao paciente. Esse distúrbio é mais comum em mulheres e pode ocorrer em qualquer idade e é atribuído a vários fatores. Pode estar relacionada a problemas de alteração primária ou secundária da bexiga e pode ser causada por distúrbios uretrais durante o funcionamento da bexiga. Vale ressaltar que a incontinência de esforço, a incontinência de urgência e a incontinência mista são alguns dos principais tipos de incontinência. Entre os fatores de risco que podem causar incontinência urinária, gravidez, peso ao nascer, obesidade, cirurgia ginecológica, tipos de parto, menopausa, constipação intestinal, doenças crônicas, fatores hereditários, tabagismo, entre outros, tendem a causar perdas urinárias. A perda de urina pode causar diversos efeitos sociais ao paciente, como desconforto, desconforto, uso frequente do banheiro, sensação de cheiro de urina, problemas durante a relação sexual, além de afetar diretamente a qualidade de vida do paciente. mulheres. Foi realizada uma revisão de literatura, da qual foram selecionados cinco artigos pelo Google Acadêmico em março de 2021, utilizando palavras-chave específicas: “impactos da incontinência urinária e as mulheres” e os impactos que podem causar a perda de urina durante a rotina da mulher. A partir desta revisão concluiu-se que este problema pode ser causado por diversos fatores e existe em mulheres de todas as idades, mas raramente é tratado na sociedade e na literatura, embora cause alguns problemas pessoais e sociais em toda a vida da mulher.

Palavras-chave: Incontinência. Mulher. Esforço. Urgência. Desconforto.

PREVENTION AND MANAGEMENT OF FEMALE URINARY INCOMPETENCE

ABSTRACT

This article aims to identify the possible impacts of urinary incontinence on women's lives, as it is a more common problem in women. The definition of urinary incontinence is characterized by any involuntary loss of urine, which causes social or health concern to the patient. This disorder is more common in women and can occur at any age and is attributed to several factors. It may be



related to primary or secondary bladder changes and may be caused by urethral disorders during bladder function. It is worth mentioning that stress incontinence, urge incontinence and mixed incontinence are some of the main types of incontinence. Among the risk factors that can cause urinary incontinence, pregnancy, birth weight, obesity, gynecological surgery, types of birth, menopause, constipation, chronic diseases, hereditary factors, smoking, among others, tend to cause urinary loss. Loss of urine can cause various social effects on the patient, such as discomfort, discomfort, frequent use of the bathroom, the smell of urine, problems during sexual intercourse, in addition to directly affecting the patient's quality of life. women. A literature review was carried out, from which five articles were selected by Google Scholar in March 2021, using specific keywords: "impacts of urinary incontinence and women" and the impacts that can cause urine loss during the routine of woman. From this review it was concluded that this problem can be caused by several factors and exists in women of all ages, but is rarely treated in society and literature, although it causes some personal and social problems throughout a woman's life.

Keywords: Incontinence. Woman. Effort. Urgency. Discomfort.

INTRODUÇÃO

A incontinência urinária pode ser definida como qualquer queixa de perda de urina, mais frequente em mulheres devido ao menor comprimento da uretra, à anatomia do assoalho pélvico e às diversas alterações que o corpo feminino sofre, como a gravidez e o parto. O problema surge quando a bexiga não consegue armazenar urina ou quando não consegue esvaziar completamente, podendo ser persistente e/ou transitório. (Silva, 2017)

É importante observar que existem diferentes tipos de incontinência urinária. Segundo Valente et al (2015), a incontinência urinária de esforço ocorre quando há aumento da pressão intra-abdominal, como durante exercícios, tosse ou espirro, o que pode predispor à fraqueza perineal. Nestes casos, existem tratamentos. na área da fisioterapia e exercícios preventivos também na área do fitness. Além da incontinência de esforço, podemos classificar também a incontinência de urgência, que ocorre principalmente quando há perda por uma vontade repentina de urinar, e também a



incontinência urinária mista, que ocorre quando há perda de urina que está associada à urgência e esforço (SABOIA *et al*, 2017).

Segundo Andrade (2020), a perda urinária tem causas multifatoriais e é mais comum em mulheres. O problema pode afetar principalmente a sexualidade, a satisfação sexual e reduzir a qualidade de vida da mulher. Existem muitos fatores que levam à incontinência urinária, incluindo gravidez, idade, obesidade, paridade, tipos de nascimento, peso ao nascer, menopausa, cirurgia ginecológica, prisão de ventre, doenças crônicas, fatores hereditários, tabagismo, entre os fatores de risco.

A perda de urina causa muitos impactos negativos, como desconforto, desconforto, idas frequentes ao banheiro, vergonha de urinar, cheiro de urina, problemas nas relações sociais e muitos aspectos que afetam a qualidade de vida da mulher (Soler, 2017).

Diante do exposto, fica claro que a incontinência urinária é uma situação muito comum em mulheres, portanto é de fundamental importância tratar um tema tão recorrente, já que em 2018 a Associação Brasileira de Urologia (SBU) publicou dados que mostram isso no Brasil. cerca de 10 milhões de pessoas sofrem com essa preocupação. Portanto, este artigo tem como objetivo identificar, a partir de uma revisão de literatura, os possíveis impactos da incontinência urinária na vida das mulheres.

METODOLOGIA

O método de pesquisa deste artigo é a pesquisa analítica descritiva exploratória, utilizando como método a revisão integrada da literatura (RIL). O principal objetivo do RIL é coletar, sintetizar e analisar os resultados de pesquisas científicas previamente publicadas sobre um tema específico, a fim de integrar a informação existente e fornecer uma síntese crítica e sistemática do conhecimento acumulado. Combina diferentes estratégias de pesquisa e estudo com o objetivo de identificar e avaliar a qualidade e consistência das evidências existentes, bem como permitir a comparação e integração dos resultados (Marconi; Lakatos, 2009).

Quanto à coleta de dados, esta foi realizada por meio das seguintes bases de dados: Base de Dados de Enfermagem (BDENF), Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO), PubMed e Literatura em Ciências da Saúde da América Latina e do Caribe (LILACS). Para obter informação relevante sobre este tema foram consultados diferentes tipos de publicações, incluindo artigos científicos, estudos e revistas.

Para realizar essa busca, foram utilizados os seguintes descritores: “incontinência” “mulher”, “esforço” “urgência”. Esses termos foram combinados utilizando o operador booleano "AND" para refinar a pesquisa, resultando na seguinte estratégia de busca: “Incontinência” “Mulher”, “Esforço” “Urgência”. Essa abordagem permitiu a identificação de publicações que abordam diretamente estudos anteriores e revisões sistemáticas sobre temas relacionados com abordagem integrada no cuidado paliativo em pacientes com neoplasias avançada: promovendo o conforto e a qualidade de vida foram analisados para identificar referências relevantes. Isso pode fornecer informações sobre o que foi estudado e quais lacunas permanecem na literatura.

No que diz respeito aos critérios de elegibilidade, selecionou-se: artigos originais, de revisão sistemática, de revisão integrativa ou relato de casos, desde que disponibilizados gratuitamente, publicados com um recorte temporal de (2007 a 2024), sem critérios para local e língua de publicação. Dos critérios de inelegibilidade, excluiu-se as publicações não científicas, as publicações científicas que possuíam textos incompletos, resumos, monografias, dissertações e teses.

A etapa de seleção consistiu em: formular os critérios de elegibilidade e inelegibilidade, posteriormente partiu-se para busca das publicações por meio dos bancos de dados utilizando os descritores e operador booleano por meio dessa busca foram encontrados os estudos que irão compor os resultados dessa pesquisa.

RESULTADOS

As evidências existentes contestam a definição de incontinência urinária como qualquer perda involuntária de urina relatada pelo paciente, que pode acometer qualquer faixa etária, mas é mais comum em mulheres e mais frequente em idosos, gerando preocupação social e/ou higiênica. Estudos descrevem definições baseadas na

Sociedade Internacional de Continência (ICS) (Arruda, Campo e Brás, 2018).

É importante ressaltar que em todos os artigos revisados há consenso sobre as principais divisões da incontinência urinária, que se baseiam nas classificações estabelecidas pelo SHKB, onde, de acordo com os sintomas e exames clínicos, podem ser classificadas como incontinência urinária com estresse (IUE), em que a perda de urina está ligada ao aumento da pressão intra-abdominal, causado pelas atividades físicas. A incontinência urinária de urgência (IUI), que resulta da vontade constante de urinar, provocando uma perda involuntária de urina, ou ainda a incontinência urinária mista (IUM), caracterizada pelos processos simultâneos de incontinência urinária de esforço e de urgência (Souza e Silva, 2017)

Neste tópico, Cândido *et al.* (2017) afirma que alterações primárias ou secundárias na bexiga urinária, bem como aquelas produzidas por distúrbios uretrais, são os principais motivos que resultam na ocorrência da incontinência urinária. O autor mostra que as alterações nos músculos detrusores, que causam a hiperatividade da bexiga, expõem automaticamente a urina armazenada. Além disso, a hiperatividade terminal, por transformação da bexiga que não pode ser eliminada, involuntariamente e provoca apenas a contração do músculo detrusor, o que leva à incontinência urinária completa, devido ao esvaziamento completo da bexiga.

Além disso, Cândido *et al.* (2017) indicam que outro padrão de modificação da bexiga resulta de anomalias da bexiga, devido a uma diminuição na conformação da bexiga. Ou seja, quando a capacidade de armazenar grande quantidade de urina é deficiente, pequenas alterações de volume já são fatores de geração de pressão intravesical elevada, que impulsionam o desejo do paciente de urinar. O autor alerta ainda que distúrbios da uretra podem causar incontinência urinária, pois se houver diminuição da pressão que resiste nos músculos da uretra, o fechamento da uretra impossibilita o fluxo da urina mesmo que haja uma pressão intravesical normal.

Independentemente do tipo de incontinência urinária, pesquisas mostram que, em todos os casos, as mulheres apresentam perda de qualidade de vida. Porém, os casos de incontinência urinária mista, ou seja, quando a perda de urina é acompanhada de urgência e esforço, são os casos em que a qualidade de vida das mulheres é mais afetada (Sabóia *et al.*, 2017).



CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir desta revisão da literatura podemos concluir os impactos negativos que a incontinência urinária causa na vida das mulheres, que o problema pode ser causado por diversos fatores e em mulheres de todas as idades, porém, é um tema pouco discutido na sociedade e nas mulheres. literatura. Nota-se que todos os estudos anteriores tiveram em comum a definição do que é incontinência urinária e seus tipos: urgência, estresse e náusea, ressaltando que o problema é o fluxo de urina, mas que nem sempre é causado pelo mesmo motivo.

A análise, reflexão e discussão das produções científicas sobre os impactos negativos da incontinência urinária na mulher têm demonstrado que, mesmo sendo um tema tão importante no campo da saúde da mulher, são poucas as produções recentes sobre este tema. Além disso, muitas mulheres normalizam o problema e por isso não procuram ajuda e ignoram os tipos de tratamentos. É portanto necessário fazer mais investigação e abordar este tema para reduzir os efeitos negativos na qualidade de vida e na saúde das mulheres.

REFERÊNCIAS

1. ANDRADE, BF de. KATZ, L. RANGEL, AE de O. GUENDLER, J de A. Avaliação das propriedades de medida da versão em português do "International Consultation on Incontinence Questionnaire Female Sexual Matters Associated with Lower Urinary Tract Symptoms Module" (ICIQFLUTSsex). Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil. Recife, 20 (2): 565-573 abr-jun., 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1519-38292020000200555&script=sci_arttext
2. ARRUDA, GT de. CAMPO, S de C e BRAZ, MM. Incontinência urinária e disfunções sexuais em mulheres climatéricas de um grupo de promoção à saúde. Fisioterapia Brasil. 2018;19(3):324-328. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-947208>
3. CÂNDIDO, FJLF. et al. Incontinência urinária em mulheres: breve revisão de



- fisiopatologia, avaliação e tratamento. Visão Acadêmica. Curitiba, v.18, n.3, Jul. - Set./2017. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/academica/article/view/54506>
4. CESTÁRI, CE. SOUZA, THC. SILVA, AS de. Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de idosas. Revista Ciência e Estudos Acadêmicos de Medicina - Número 7 Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT (Cáceres). 2017. Disponível em: <https://periodicos.unemat.br/index.php/revistamedicina/article/view/1773>
 5. HIGA, R. LOPES, MHBM. REIS, MJ. Fatores de risco para incontinência urinária na mulher. Rev Esc Enferm USP 2008; 42(1):187-92. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342008000100025#:~;text=A%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20mostrou%20que,cafe%C3%ADna%20e%20exerc%C3%ADcios%20intensos%20na
 6. OLIVEIRA, KAC de O. RODRIGUES, ABC. PAULA, AB de. Técnicas fisioterapêuticas no tratamento e prevenção da incontinência urinária de esforço na mulher. Eletrônica F@ciência, Apucarana-PR, v.1, n.1, 31-40, 2007. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53055582/JUSSARA3.pdf?1494330699=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DTECNICAS_
 7. ROSA, L. et al. Impacto no cotidiano de mulheres com incontinência urinária. ESTIMA. v.15 n.3, p. 132-138, 2017. Disponível em: <https://www.revistaestima.com.br/index.php/estima/article/view/542>
 8. SABOIA, DM. et al. Impact of urinary incontinence types on women's quality of life. Rev Esc Enferm USP. 2017; 51:e03266. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?q=Impacttofturinarytincontinencettypeston+women%20quality+of+life&hl=pt-BR&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar
 10. SILVA, JCP. SOLER, ZASG. WYSOCKI, A. D. Associated factors to urinary incontinence in women undergoing urodynamic testing. Rev Esc Enferm USP. 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0080-62342017000100410&script=sci_arttext
 11. VALENTE, MG. et al. Efeitos da ginástica abdominal hipopressiva sobre a musculatura pélvica em mulheres incontinentes. Cinergis 2015;16(4):237-241. Revista do Departamento de Educação Física e Saúde e do Mestrado em Promoção da Saúde da Universidade de Santa Cruz do Sul / Unisc. Ano 16 - Volume 16 Número Outubro/Dezembro 2015. Disponível em: <https://online.unisc.br/seer/index.php/cinergis/article/view/6471#:~;text=Considera%C3>



[%A7%C3%B5es%20finais%3A%20o%20protocolo%20da,abd%C3%B4men%20nas%20participantes%20deste%20estudo.](#)