

TRATAMENTO E PREVENÇÃO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA E O IMPACTO NA SAÚDE MENTAL

AUTORES

Kelly Brenner; Priscila Karen dos Santos Costa;
Daniella Pires de Camargo.

EIXO TEMÁTICO

Saúde mental e Humanização.

INSTITUIÇÃO

Centro de Estudos e Pesquisas Dr. João Amorim (CEJAM), UBS
Jardim Macedônia, São Paulo, Brasil.

INTRODUÇÃO

A Incontinência Urinária (IU) é definida pela Internacional Continence Society como condição na qual ocorre perda involuntária da urina podendo gerar um comprometimento biopsicossocial e é classificada de acordo com os sintomas apresentados. A causa é multifatorial, porém se percebe mais comum no climatério. Milhões de mulheres sofrem deste problema no mundo. De acordo com a Sociedade Brasileira de Urologia cerca de 50% das mulheres acima de 65 anos apresentam essa condição. Este grupo tem o viés de reduzir as perdas urinárias e melhorar a qualidade de vida de suas portadoras.

OBJETIVO

Reduzir as perdas urinárias, promover qualidade de vida e autonomia de suas portadoras, adotar hábitos saudáveis com foco nos exercícios, nutrição saudável, bem-estar físico, psicológico e social.

MÉTODO

Encontros mensais com mulheres com ou sem IU. No primeiro encontro foram aplicados os questionários: ICIQ – SF e Questionário Qualidade de Vida (King's Health Questionnaire) para avaliar o comprometimento das mulheres do grupo. Este grupo é composto por Fisioterapeuta, Nutricionista e Psicóloga, onde são abordadas questões relativas à IU, exercícios de fortalecimento do assoalho pélvico, orientações nutricionais e impactos da IU na autonomia e saúde mental.

CONCLUSÃO

A intervenção da Equipe Multidisciplinar no tratamento da IU é efetiva na redução das perdas urinárias e na melhora da qualidade de vida das pacientes acompanhadas, despertando atitudes de autonomia e mudanças de comportamento. Portanto, os profissionais da área da saúde devem estar receptivos a esse assunto tão importante que causam tantos impactos.

RESULTADOS

As pacientes acompanhadas relataram melhoras significativas das perdas urinárias, e impacto positivo na vida social além de um maior conhecimento da anatomia feminina. Houve relatos de diminuição do uso de absorventes íntimos e falas como: “antes eu não podia sair de casa porque tinha medo do escape e agora consigo” e “agora consigo fazer exercício físico sem medo” entre outras. Relataram também melhora na qualidade do sono, na relação sexual e na hidratação.