INCONTINÊNCIA URINÁRIA FEMININA: PREVALÊNCIA, IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA E FATORES DE RISCO

URINARY INCONTINENCE IN WOMEN: PREVALENCE, IMPACTS ON QUALITY OF LIFE, AND RISK FACTORS

INCONTINENCIA URINARIA FEMENINA: PREVALENCIA, IMPACTOS EN LA CALIDAD DE VIDA Y FACTORES DE RIESGO

10.56238/IIMedCientifica-130

Talia Queiroz Lima
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Lucas Rodrigues Castilho de Lima
Graduado em Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Giovana Lima de Assis
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Lara Rodrigues Lima Ribeiro
Graduada em Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Martha Carvalho de Freitas
Graduada em Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Nicole Olena Falcão Álvares
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Mariana Spínola Fontes
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Anabel Fortaleza Gonçalves
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Luiz Augusto Germano Borges
Graduado em Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Aparecida de Goiânia

Sofia Leão Guerra
Discente de Medicina
Instituição: Faculdade Ciências Médicas de Minas Gerais (FCMMG)

José Pires Pereira Neto
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Robson Ferreira Porto da Silva
Discente de Medicina
Instituição: Universidade de Rio Verde (UniRV) – Campus Rio Verde

Isadora Prado Amaral Guimarães
Discente de Medicina
Instituição: Faculdade Morgana Potrich (FAMP)

Guilherme Candido da Silva
Discente de Medicina
Instituição: Faculdade Morgana Potrich (FAMP)

Gabrielle Vilela Actis Cezar
Discente de Medicina
Instituição: Faculdade Morgana Potrich (FAMP)

1 INTRODUÇÃO

A incontinência urinária (IU) é definida pela Sociedade Internacional de Continência (ICS) como qualquer perda urinária involuntária. Essa perda pode estar acompanhada de urgência miccional e/ou ocorrer por esforço, na execução de atividades físicas, outras práticas que demandem uso de força, espirros e/ou tosse. Sua fisiopatologia é dividida em cinco principais mecanismos, sendo eles: IU por esforço, de urgência, mista, paradoxal e contínua, sendo os três primeiros mais comuns (BRASIL. Ministério da Saúde).

Epidemiologicamente a IU é mais prevalente em mulheres e é uma queixa importante no contexto saúde e bem-estar feminino, tanto pelo número expressivo de casos, quanto pela repercussão do quadro na vida das pacientes. Estudos evidenciaram uma prevalência média de 27,6% nesse grupo em um panorama geral, e, a partir da 9ª década de vida, a prevalência já alcança 35%, podendo atingir até 50% das mulheres em alguma fase de suas vidas (BENÍCIO et al, 2016). Essa alta taxa de

acometimento nos leva a uma das principais problemáticas quanto a essa condição: a influência negativa na qualidade de vida dessas pacientes. Esse é um ponto que deve ser observado e tratado com atenção e interesse, principalmente pelos profissionais de saúde, visto que, a IU provoca nas mulheres limitações, sentimentos de incapacidade e constrangimento. Uma síntese de estudos publicados comprovou que mulheres incontinentes apresentavam dificuldades, além de medo e/ou vergonha em seus dia-a-dias, mas também em procurar tratamento, acreditando que sua perda urinária involuntária era algo atribuído à idade ou ao curso natural da vida, sendo uma queixa minimizada nas consultas em detrimento de questões consideradas, por elas, mais severas, como por exemplo a hipertensão (VOLKMER et al, 2012).

O objetivo desse estudo foi demonstrar a alta prevalência da IU feminina, sua repercussão desagradável na qualidade de vida e a necessidade de desmistificar sentimentos de acanhamento e insegurança que impedem a busca por tratamento. Ademais, possibilitar às mulheres incontinentes maior esclarecimento sobre sua condição, estimular a procura por acompanhamento de qualidade com especialistas de saúde, além de conscientizá-las sobre a diminuição de fatores de risco modificáveis, promovendo-lhes saúde e bem-estar.

2 MÉTODO

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada nos períodos de fevereiro e março de 2023, por meio de pesquisas nas bases de dados: SciELO, Ministério da Saúde, PubMed, Brazilian Journal of Development e Revista ESTIMA. Foram utilizados os descritores: incontinência urinária, sexo feminino e qualidade de vida. Desta busca foram encontrados 14 artigos, posteriormente submetidos aos critérios de seleção.

Os critérios de inclusão foram: artigos no idioma português; publicados no período de 2008 a 2022 e que abordavam as temáticas propostas para esta pesquisa, estudos do tipo revisão de literatura, disponibilizados na íntegra e fundamentados em medicina baseada em evidências. Os critérios de exclusão foram: artigos duplicados, disponibilizados na forma de resumo, que não abordavam diretamente a proposta estudada e que não atendiam aos demais critérios de inclusão.

Após os critérios de seleção restaram 10 artigos que foram submetidos à leitura minuciosa para a coleta de dados. Os resultados foram apresentados de forma descritiva, divididos em categorias temáticas abordando: a repercussão da incontinência urinária (IU) na vida das mulheres acometidas, sua elevada prevalência e a emergência de intervenção.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A incontinência urinária (IU) conhecidamente afeta mais mulheres que homens, com prevalência média de 27,6% no sexo feminino e 10,5% em homens (BENÍCIO et al, 2016). Além da problemática do grande número de mulheres incontinentes, existe o fato de muitas delas não buscarem tratamento, seja por falta de conhecimento, por atribuir a perda urinária à idade e pensarem ser inevitável, e até por constrangimento. Um estudo descritivo e transversal feito em Campinas, SP, comprovou isso quando questionou um grupo de mulheres com perda involuntária de urina e documentou que 45,7% delas não conhecia nenhuma forma de terapia e que mais da metade não procurou tratamento para seu problema (SILVA e LOPES, 2009). Dessa forma, é possível observar a necessidade de conscientização da população quanto a essa condição, que não é fisiológica e é passível de intervenção.

A qualidade de vida das mulheres acometidas pela IU costuma ser comprometida por sentimentos de embaraço, medo de exalar cheiro de urina e de sofrerem perda urinária em locais ou momentos impróprios (VOLKMER et al, 2012). Assim sendo, suas atividades cotidianas, como trabalho, prática de esportes, uso de força e esforço físico e suas relações sexuais, por exemplo, ficam prejudicadas e tomadas pela sensação de intranquilidade.

Na Tabela 16.1 estão expostas algumas das situações em que houve relato de perda urinária em mulheres voluntárias em um estudo transversal quantitativo descritivo, comprovando seu impacto desagradável no cotidiano das incontinentes (ALMEIDA & MACHADO, 2012), visto que a perda ocorreu inclusive em circunstâncias usuais.

Tabela 1. Ilustração da prevalência da perda urinária em situações habituais no estudo utilizado.

Atividades com relato de perda urinária	**Prevalência no estudo**
Tosse/espirro	8,3%
Tosse/espirro na atividade física	8,3%
Antes de chegar ao banheiro	16,7%
Sem razão óbvia	16,7%
Fazendo atividade física	25%
Tosse/espirro, atividade física e dormindo	8,3%
Terminou de urinar e está se vestindo	8,3%
Abstenção	8,3%

Fonte: dados de pesquisa (ALMEIDA & MACHADO, 2012).

Outro ponto a ser discutido sobre a IU feminina são os fatores de risco. Eles são vários e divididos em modificáveis ou não, e dentre eles tem-se: idade avançada, multiparidade, cirurgias ginecológicas, obesidade (como fator causal e agravante), história familiar positiva e uso de algumas

medicações, como drogas simpaticomiméticas. Ademais, os hábitos de vida também podem interferir em seu desenvolvimento, visto que o tabagismo e a prática de atividades físicas de alto impacto são fatores ambientais que podem estar correlacionados à sua maior prevalência. Existem também as doenças crônicas como fatores associados. Por exemplo, a Diabetes Mellitus, na qual os altos níveis glicêmicos lesam nervos autônomos da bexiga, prejudicando o mecanismo de enchimento e esvaziamento vesical, levando ou agravando a IU (HIGA et al, 2008).

A observação e retirada dos fatores de risco modificáveis é de grande importância para melhorar o prognóstico de mulheres incontinentes. É necessário voltar a atenção ao peso e IMC das pacientes, observar hábitos de vida, se há um quadro de doença metabólica descompensada e/ou prática de exercícios físicos muito intensos, além de momentos de estresse excessivo, corpóreo ou mental, e revisar medicações que estão sendo usadas e que podem levar à IU.

Na Tabela 2 foram dispostos alguns fatores de risco estudados e sua relação à incontinência urinária.

Tabela 2. Associação entre a prevalência de IU e fatores de risco relacionados

Fatores de risco estudado	**Prevalência de IU no grupo**
Doenças neurológicas	72,2%
Diabetes	63,8%
Hipertensão	58,1%
Doença pulmonar obstrutiva crônica	44,4%
Tabagismo	72,2%
Cirurgias pélvicas	49,4%
Cirurgias abdominais	57,1%
Uso de medicações diversas	52,8%
Uso de antidiabéticos	59,1%
Cafeína	51,1%

Fonte: dados de pesquisa (BENÍCIO et al).

A eliminação dos fatores que são mutáveis confere às pacientes menores chances de desenvolverem incontinência urinária ou até melhorar um quadro já existente. Mas, para que isso seja possível, é necessário mudar o cenário, visto que muitas mulheres não estão diagnosticadas e/ou conscientizadas quanto a seu problema, imersas na ideia de que sua perda urinária involuntária é inevitável, motivo de vergonha e que não merece tanta atenção.

4 CONCLUSÃO

Esse estudo indicou as altas taxas de prevalência de incontinência urinária (IU) no sexo feminino, que está presente desde mulheres jovens às senis, e comprovou o quão negativamente essa disfunção afeta emocional, social e psicologicamente esse grupo, comprometendo bem-estar e qualidade de vida.

Os dados sintetizados nessa revisão integrativa confirmaram que mesmo com o decorrer dos anos e com o avanço da medicina humanizada, dos meios de comunicação, da propagação de campanhas de saúde, da divulgação de doenças prevalentes e seus tratamentos, a IU continua configurando um problema de saúde pública, visto que foram utilizados estudos feitos até muito recentemente, no ano de 2022, representando seu atual prevalecimento.

Além disso, confirmou a escassa disseminação de informações sobre a IU e seus terapias disponíveis, visto que muitas das pacientes presentes nos estudos apresentados nessa revisão desconheciam inclusive a possibilidade de tratamento (SILVA & LOPES, 2009).

A predominância da incontinência urinária na conjuntura atual urge por intervenções, tanto para evitar e/ou atenuar seu desenvolvimento, quanto para tratar o transtorno estabelecido, e, quanto antes, melhor prognóstico e eficácia.

Para isso, é necessário implantar uma nova perspectiva de políticas de saúde, principalmente nas áreas de atenção básica, que mudem a realidade e a prognose dessas mulheres, trabalhando com programas de conscientização e de rastreamento, a fim de que a população tenha acesso à informações de que a perda urinária involuntária não é natural e deve ser intervinda, facilitando diagnósticos e terapias precoces. Para tal, também é preciso capacitação e sensibilização dos profissionais de saúde, para que se voltem com atenção à alta prevalência da IU, foquem em conduzir, tratar e/ou reduzir esse problema, visando melhorar a qualidade de vida e diminuir os sintomas que repercutem tão mal na vida das mulheres incontinentes.

Palavras-chave: Incontinência Urinária. Sexo Feminino. Qualidade de Vida.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Priscilla; MACHADO, Lívia. A prevalência de incontinência urinária em mulheres praticantes de jump. SciELO, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fm/a/jBcrR7dCPfNYVjk9RVf GfGP/>. Acesso em: 27 fev. 2023.

BENÍCIO, Claudia, et al. Incontinência Urinária: Prevalência e Fatores de Risco em Mulheres em uma Unidade Básica de Saúde. Revista ESTIMA, v. 14, n. 4, p. 161, 2016.

CÂNDIDO, Fernando, et al. Incontinência urinária em mulheres: breve revisão de fisiopatologia, avaliação e tratamento. Revista Visão Acadêmica, v. 8, n. 3, p 67, 2017.

CARVALHO, Maitê, et al. O impacto da incontinência urinária e seus fatores associados em idosas. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 17, n. 3, p 721, 2014.

HIGA, Rosângela, et al. Fatores de risco para incontinência urinária na mulher. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 42, n. 1, p 187, 2008.

JUSTINA, Lunara. Prevalência de incontinência urinária feminina no brasil: uma revisão sistemática. Revista Inspirar, v. 5, n. 2, p 1, 2013.

MS. Ministério da Saúde. Protocolo clínico e diretrizes terapêuticas incontinência urinária não neurogênica. MS, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/ptbr/assuntos/protocolos-clinicos-e-diretrizesterapeuticas-pcdt/arquivos/2020/portaria-conjunta-pcdtincontinencia-urinaria-nn-13-01-2020.pdf>. Acesso em: 11 mar. 2023.

NASCIMENTO, Francis, et al. Incontinência urinária: aspectos epidemiológicos, fisiopatológicos e manejo terapêutico. Brazilian Journal of Development, Curitiba, v. 8, n. 10, p. 6556, outubro, 2022.

PEREIRA, Paula, et al. Incontinência urinária feminina: uma revisão bibliográfica. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 11, n. 14, p. 1, 2019.

SILVA, Lígia; LOPES, Maria. Incontinência urinária em mulheres: razões da não procura por tratamento. SciELO, 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/5TLV8JFxvqWvDGL N96vQ3Wn/?lang=pt>. Acesso em: 22 mar. 2023.