

GRUPO DE TRATAMENTO DAS DISFUNÇÕES DO ASSOALHO PÉLVICO FEMININO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DO AMBULATÓRIO DE FISIOTERAPIA PÉLVICA DO HOSPITAL DE CLÍNICAS DE PORTO ALEGRE

Coordenação: Professora Luciana Laureano Paiva

Autoria: Bruna Catarino, Caroline Darski, José Geraldo Ramos, Luísa Maurer, Magda Aranchipe, Rafaela Thomaz, Renata Schwartzman e Renata Teixeira.

O Assoalho Pélvico (AP) feminino é composto por ligamentos, fâscias e músculos e tem como função garantir o suporte dos órgãos abdominais e pélvicos, controlar a continência urinária e anal, contrabalançar os efeitos da pressão intra-abdominal e auxiliar na postura lombopélvica. As principais disfunções do AP são os prolapso urogenitais e as incontinências urinárias, mais prevalentes em mulheres multíparas e na pós menopausa. A Fisioterapia Pélvica tem se mostrado um tratamento conservador eficaz na redução dos agravos e sintomas oriundos dessas disfunções por meio do Treinamento Funcional dos Músculos do Assoalho Pélvico (TFMAP). Apesar da relevância desse tratamento, ainda são poucos os serviços vinculados ao Sistema Único de Saúde que o disponibilizam para seus usuários, sendo em muitos casos proporcionados através da parceria com as universidades. Verificar a contribuição do Ambulatório de Fisioterapia Pélvica do Hospital de Clínicas de Porto Alegre (HCPA) no manejo das Disfunções do Assoalho Pélvico feminino e estímulo ao autocuidado. O Ambulatório de Fisioterapia Pélvica foi organizado em parceria com a equipe médica do Ambulatório de Uroginecologia do HCPA, vinculado ao Projeto de Extensão “Fisioterapia em Saúde da Mulher” do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, o qual iniciou em 2013. A Fisioterapia Pélvica em grupo é realizada nas quartas feiras, a partir das 16 horas, atendendo as pacientes encaminhadas pela equipe médica da Uroginecologia. Inicialmente as pacientes são avaliadas com o intuito de verificar a funcionalidade dos Músculos do Assoalho Pélvico (MAP) e sintomas urinários presentes. Após esse momento individual, as pacientes são encaminhadas para atendimento em grupo, que tem por objetivo ser um espaço de vivências corporais que visam melhorar a percepção e educar os MAP, bem como compartilhar dúvidas, informações e reeducar hábitos miccionais, atendendo as demandas das participantes. O grupo é conduzido pelas acadêmicas do Curso de Fisioterapia da UFRGS, bolsistas do projeto de extensão. Ele tem a duração de uma hora, contando em média, com 10 pacientes a cada encontro, as quais participam com uma frequência quinzenal. O grupo é composto por mulheres, na maioria idosas, que por apresentar disfunções do assoalho pélvico manifestam o sintoma de incontinência urinária. Esse espaço de atendimento em grupo tem um caráter interativo, no qual as conversas e trocas de experiências perpassam a prática dos exercícios, caracterizando um aprendizado dinâmico que se traduz em trocas mútuas de conhecimento, opiniões e perspectivas

sobre saúde e percepção corporal. As dinâmicas em grupo contemplam orientações sobre a execução dos exercícios domiciliares, conversa sobre as dúvidas trazidas pelas participantes, visualização de peça anatômica para facilitar o aprendizado, realização dos exercícios que visam o treinamento funcional dos MAP, finalizando com uma roda de conversa, na qual as experiências e percepções são relatadas sendo possível, dessa forma, perceber a melhora e as dificuldades de cada uma. O Ambulatório de Fisioterapia Pélvica atendeu no período compreendido entre agosto de 2013 a agosto de 2014 em torno de 134 mulheres, com média de idade de 58 anos. Dessas, 40 (29,8%) apresentavam incontinência urinária de esforço (IUE), 62 (46,2%) incontinência urinária mista, 17 (12,6%) incontinência urinária de urgência e 15 (11,1%) apresentam outras disfunções do AP. O relato das pacientes sobre a percepção dos Músculos do Assoalho Pélvico foram bastante diversificados durante as rodas de conversa. Destacamos como exemplo a fala de P1, a qual relatou que antes de iniciar no grupo não tinha conhecimento que os MAP existiam e, muito menos, que poderia contraí-los. Um dos aspectos positivos do trabalho em grupo foi a possibilidade de troca de experiências entre as participantes, o que contribuiu para que as mesmas se comprometessem com a execução dos exercícios. Esse fato aparece na fala de P2 quando diz queir ao grupo e perceber que as colegas que praticavam em casa tinham mais habilidade na realização dos exercícios propostos, a motivava a praticar também, para que conseguisse acompanhar as atividades. Nesse sentido, entende-se que a intervenção em grupo mostra-se uma forma eficaz de estimular a participação ativa das integrantes, como afirma Gasparetto *et al* (2011), por ser um espaço informal, permitindo maior socialização e interação entre a comunidade e o serviço. Outro relato a ser destacado refere-se a incorporação dos exercícios na rotina de vida, como no caso de P3 ao contar que percebeu uma melhora significativa depois que começou a praticar os exercícios rotineiramente, no trabalho, durante afazeres domésticos e até mesmo durante locomoção. A partir dessas vivências foi possível perceber o importante papel desempenhado pelo Curso de Fisioterapia da UFRGS, pois por meio dessa parceria entre serviço e universidade, concretizada com esse projeto de extensão, tem sido possível atender as pacientes que apresentam disfunções do AP. Além disso, esse espaço de prática permite ao aluno uma experiência de aprendizagem e trocas de conhecimentos, possibilitando uma construção coletiva de saúde e de percepção corporal.

Referências

- BEZERRA, M. R. L. et al. Identificação Das Estruturas Músculo-Ligamentares Do Assoalho Pélvico Feminino Na Ressonância Magnética. **Revista Radiologia Brasileira**, São Pulo, v. 34, n. 6, p.323-326, ago. 2001;
- CASTRO, R. A. et al. Fisioterapia E Incontinência Urinária De Esforço: Revisão E Análise Crítica. **Femina**, São Paulo, v. 36, n. 12, p.737-742, ago. 2008;

GASPARETTO, A. et al. Efeitos Da Fisioterapia Com Abordagem Em Grupo Sobre A Incontinência Urinária Feminina Na Atenção Primária De Saúde Em Santa Maria. **Disc. Scientia**, Santa Maria, v. 12, n. 1, p.59-70, 2011;

MATHEUS, L. M. et al. Influência Dos Exercícios Perineais E Dos Cones Vaginais, Associados À Correção Postural, No Tratamento Da Incontinência Urinária Feminina. **Revista Brasileira de Fisioterapia**, São Carlos, v. 10, n. 4, p.387-392, out/dez 2006;

PIASSAROLL, V. P. et al. Treinamento Dos Músculos Do Assoalho Pélvico Nas Disfunções Sexuais Femininas. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia**, Campinas, v. 32, n. 5, p.234-240, maio 2010.