

INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA GESTAÇÃO E PÓS-PARTO

Urinary incontinence in pregnancy and postpartum

Laura Rossetto Foschera¹, Joana Grandó Giaretton¹

¹Unidade Central de Educação FAEM Faculdade – UCEFF/ Chapecó, SC, Brasil.

Autor correspondentes: Laura Rossetto Foschera (e-mail: laurafoschera@gmail.com)

Declaração de inexistência de conflito de interesses: Não há

Objetivo: A incontinência urinária (IU) é comum entre gestantes e no pós-parto, associada a mudanças biomecânicas, hormonais e musculares. A fisioterapia pélvica tem sido relatada como uma abordagem preventiva e terapêutica. O objetivo deste trabalho foi descrever a relação entre gestação, pós-parto e IU, explorando intervenções propostas. **Métodos:** Foi realizada uma revisão de literatura no PubMed e SciELO com as palavras-chave *post partum, urinary incontinence, pregnant women*. Foram incluídos artigos de 2013 a 2023, em inglês, português e espanhol, sobre gestantes e pós-parto, revisões sistemáticas, ensaios clínicos e estudos com intervenção fisioterapêutica. Foram excluídos estudos com amostras menores que 30 participantes, abordando outras disfunções urinárias ou com dados insuficientes. **Resultados:** A prevalência de IU varia entre 30% e 50%, sendo mais comum no terceiro trimestre de gestação e primeiros meses após o parto. Fatores de risco incluem a desprogramação do assoalho pélvico e aumento da pressão intra-abdominal. A fisioterapia pélvica, focada na reabilitação do assoalho pélvico, mostrou-se eficaz na prevenção e tratamento da IU, especialmente quando iniciada no pré-natal e continuada no pós-parto. **Discussão:** Embora a fisioterapia pélvica mostre eficácia, há escassez de estudos clínicos robustos e protocolos padronizados. Estudos futuros devem

investigar melhores estratégias de intervenção. **Considerações finais:** A IU é prevalente na gestação e pós-parto, e a fisioterapia pélvica é uma abordagem que tem mostrado resultado. Contudo, mais ensaios clínicos são necessários para definir os melhores protocolos de tratamento.