Artur Matias 118463 • Fábio Leal 118367 • Guilherme Henriques 118299 • Inês do Carmo 118476 • Sara Pacheco 118212

EGAS MONIZ SCIENCE DAYS

# Incontinência Urinária



**Palavras-chave**: Incontinência urinária; Prostatectomia radical; Pavimento pélvico; Exercício terapêutico; Fisioterapia.

## 1 Introdução

A incontinência urinária é uma complicação frequente após prostatectomia radical, comprometendo a qualidade de vida, a autonomia e o bem-estar dos indivíduos (1,2).

**14-25%** dos homens reportam perdas urinárias incomodativas aos 10 anos de seguimento (2)

A sua fisiopatologia envolve alterações esfincterianas e da função dos músculos do pavimento pélvico.

**Objetivo**: sintetizar a evidência científica sobre as intervenções conservadoras em fisioterapia na recuperação da continência urinária após prostatectomia.

## 2 Métodos

Realizou-se uma revisão narrativa da literatura, baseada em ensaios clínicos aleatorizados (1,3,4), recomendações clínicas da *American Urological Association* (AUA) (2) e estudos de validação de instrumentos de avaliação (5)

Analisaram-se os mecanismos associados à incontinência urinária após prostatectomia radical, os procedimentos de:

### → Avaliação

- *Pad Test* de 1 hora
- ICQ-UI SF (5)

### → Intervenção

- Educação terapêutica
- PFMT
- *The Knack*
- Exercício domiciliário

## 3 Resultados

### Taxa de continência aos 12 meses (1)

→ PFMT supervisionado




→ Grupo de controlo




(p = 0,030), com melhorias na função muscular

→ O treino perioperatório reduziu significativamente os sintomas urinários e melhorou a qualidade de vida aos três meses (p < 0,001)

→ Nem todas as intervenções complementares demonstraram benefícios adicionais significativos na recuperação da continência, como por exemplo com a associação de biofeedback ao PFMT (4).

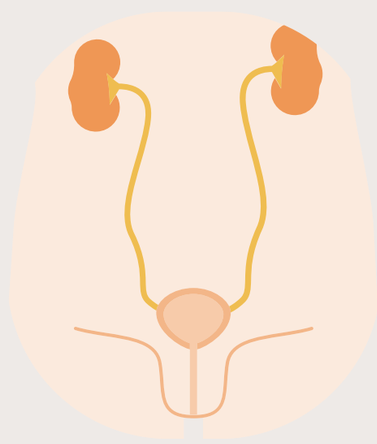
## 4 Discussão

O treino supervisionado dos músculos do pavimento pélvico constitui uma abordagem relevante na recuperação da continência urinária após prostatectomia radical (1-3).

A educação terapêutica e o acompanhamento em fisioterapia podem favorecer a execução dos exercícios e a adesão terapêutica. Mas a heterogeneidade dos protocolos e as diferenças metodológicas entre estudos dificultam a generalização dos resultados (1,3,4)

## 5 Conclusão

Conclui-se que a fisioterapia **poderá contribuir** para a recuperação da continência urinária, sendo fundamental a individualização da intervenção.



Referências bibliográficas:

1. Ouchi, M., Kitta, T., Chiba, H., Higuchi, M., Abe-Takahashi, Y., Togo, M., Kusakabe, N., Murai, S., Kikuchi, H., Matsumoto, R., Osawa, T., Abe, T., & Shinohara, N. (2024). Physiotherapy for continence and muscle function in prostatectomy: a randomised controlled trial. BJU international, 134(3), 398–406. https://doi.org/10.1111/bju.16369
2. Breyer, B. N., Kim, S. K., Kirkby, E., Marianes, A., Vanni, A. J., & Westney, O. L. (2024). Updates to Incontinence After Prostate Treatment: AUA/GURS/SUFU Guideline (2024). Journal of Urology, 212(4), 531–538.https://doi.org/10.1097/JU.0000000000004088
3. Gezginci E, Goktas S, Ata A. Effect of perioperative pelvic floor muscle training program on incontinence and quality of life after radical prostatectomy: A randomized controlled trial. Clinical Rehabilitation. 2023;37(4):534-544. doi:10.1177/02692155221134477
4. Sanchez-Salas, R., Tourinho-Barbosa, R., Sivaraman, A., Borges, R. C., Candela, L., Cathala, N., Mombet, A., Marra, G., Sanchez, L. R., Boumezrag, C. B., Lanz, C., Macek, P., Korkes, F., & Cathelineau, X. (2024). Assessing the efficacy of pelvic floor muscle training and duloxetine on urinary continence recovery following radical prostatectomy: A randomized clinical trial. The Prostate, 84(2), 158–165. https://doi.org/10.1002/pros.24634
5. Guerra, M.J. et al. 2023. Validación para la población portuguesa de la "international consultation on incontinence questionnaire-urinary incontinence short form" (ICIQ-UI SF). Enfermería Global. 22, 3 (jul. 2023), 479–511. doi:https://doi.org/10.6018/eglobal.554941