

# IMPACTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES

## THE IMPACT OF URINARY INCONTINENCE ON QUALITY OF LIFE OF WOMEN

## IMPACTO DE LA INCONTINENCIA URINARIA EN LA CALIDAD DE VIDA DE LAS MUJERES

Ana Gabriela Pereira Gomes<sup>1</sup>  
 Jaciane Honório Veríssimo<sup>2</sup>  
 Kamyla Félix Oliveira dos Santos<sup>3</sup>  
 Cristiani Garrido de Andrade<sup>4</sup>  
 Isabelle Cristinni Pinto Costa<sup>5</sup>  
 Maria das Graças de Melo Fernandes<sup>6</sup>

O estudo objetivou caracterizar a produção científica em periódicos *on-line* acerca do impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada mediante busca na base de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde e na biblioteca da *Scientific Eletronic Library Online*, por intermédio dos descritores: “Incontinência urinária *and* qualidade de vida”, publicados entre 2008 a 2012, que possibilitou a identificação de 20 artigos. Para a análise dos dados, foram estabelecidas as seguintes categorias temáticas: avaliação da qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária, repercussões da incontinência urinária na qualidade de vida das mulheres e intervenção multiprofissional como estratégia para reduzir o impacto na qualidade de vida de mulheres incontinentes. Após a revisão, observou-se que a incontinência urinária envolve diversos aspectos negativos relacionados à qualidade de vida das mulheres.

**PALAVRAS-CHAVE:** Incontinência urinária. Mulheres. Qualidade de vida.

*This study aimed to characterize the scientific production in online journals about the impact of urinary incontinence on quality of life of women. This is an integrative literature review performed by searching the database of the Latin American and Caribbean Center on Health Sciences Library and the Scientific Electronic Library Online, via the descriptors: “Urinary incontinence and quality of life” in the period from 2008 to 2012, enabling the identification of 20 articles. For data analysis, there were established the following thematic categories: assessment of quality of life in women with urinary incontinence, the impact of urinary incontinence on quality of life of women and multidisciplinary intervention as a strategy for reducing the impact on quality of life of incontinent women. Upon review, it was observed that urinary incontinence involves many negative aspects related to the quality of life of women.*

**KEY WORDS:** *Urinary incontinence. Women. Quality of life.*

<sup>1</sup> Enfermeira. gabi\_gomess@hotmail.com

<sup>2</sup> Enfermeira. annyhonorio@hotmail.com

<sup>3</sup> Enfermeira. Mestre e Doutoranda em Enfermagem pela Universidade Federal da Paraíba (UFPB). Docente de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba (FCM-PB). Especialista em Saúde da Família e Saúde Pública. Pesquisadora do Grupo de Ensino e Pesquisas na Saúde do Adulto e Idoso (GEPsAI-UFPB). kamylaooliveira@hotmail.com

<sup>4</sup> Enfermeira. Fonoaudióloga. Mestre em Enfermagem. Docente de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba (FCM-PB). Pesquisadora do Núcleo de Estudo e Pesquisa em Bioética (NEPB-UFPB). cristiani\_garrido@hotmail.com

<sup>5</sup> Enfermeira. Fonoaudióloga. Mestre e Doutoranda em Enfermagem pela UFPB. Especialista em Saúde Pública com ênfase em Programa Saúde da Família (PSF). Membro do Núcleo Gestor em Enfermagem da FCM-PB. belle\_costa@hotmail.com

<sup>6</sup> Enfermeira. Doutora em Sociologia. Professora do Programa de Graduação e Pós-Graduação (Mestrado e Doutorado) da UFPB. graacafernandes@hotmail.com

*Estudio tuvo como objetivo caracterizar la producción científica en revistas en línea sobre el impacto de la incontinencia urinaria en la calidad de vida de las mujeres. Es una revisión integradora de la literatura, realizada mediante búsqueda en la base de datos de la Literatura Latinoamericana y del Caribe de Información en Ciencias de la Salud y en la Biblioteca de la Scientific Electronic Library Online, a través de los descriptores: "Incontinencia urinaria y calidad de vida" publicados entre 2008 a 2012, identificando 20 artículos. Para el análisis de los datos, se establecieron las siguientes categorías temáticas: evaluación de la calidad de vida de las mujeres con incontinencia urinaria, repercusiones de la incontinencia urinaria en la calidad de vida de las mujeres y, la intervención multiprofesional como estrategia para reducir el impacto en la calidad de vida de las mujeres con incontinencia. Posteriormente a la revisión, se observó que la incontinencia urinaria implica en diversos aspectos negativos relacionados con la calidad de vida de las mujeres.*

*PALABRAS-CLAVE: Incontinencia urinaria. Mujeres. Calidad de vida.*

## INTRODUÇÃO

A incontinência urinária (IU) é considerada um problema de saúde pública cuja prevalência aumenta com o avanço da idade, embora possa acontecer em qualquer fase da vida (LOPES; HIGA, 2006). Devido à sua alta incidência na sociedade moderna, vem atingindo, no mundo, mais de 50 milhões de pessoas, principalmente as mulheres, numa relação de ocorrência de duas mulheres para cada homem. Embora as taxas de prevalência da IU variem de acordo com a definição e as características dos estudos e da população-alvo, estima-se que 8 a 58% da população feminina adulta geral apresente sintomas de incontinência. No Brasil, quase 10% das mulheres que visitam o ginecologista têm como queixa principal a perda de urina (DUBEAU; SIMON; MORRIS, 2006; HUANG et al., 2006).

A IU era definida como toda perda urinária que causasse desconforto social ou higiênico às pacientes e atingisse negativamente sua qualidade de vida (ABRAMS et al., 2003). Entretanto, esse conceito sofreu modificações realizadas pela Sociedade Internacional de Continência (ICS), que passou a denominar IU toda perda involuntária de urina. Essa nova definição preconiza que a incontinência deva ser descrita em um conjunto de fatores específicos e relevantes, tais como: tipo, frequência, gravidade, fatores precipitantes, impacto social, efeitos na higiene e na qualidade de vida, medidas usadas para quantificar a perda e se a paciente procurou ou não obter ajuda para aliviar os sintomas (ABRAMS et al., 2003; DEDICAÇÃO et al., 2009; MELO et al.,

2012; PEDRO et al., 2011; SILVA; D'ELBOUX, 2012).

A IU pode ser classificada em três formas distintas: a incontinência urinária de esforço (IUE), quando ocorre perda de urina durante algum esforço que aumente a pressão intra-abdominal, como tosse, espirro ou exercícios físicos; a urge-incontinência (IUU), caracterizada pela perda de urina acompanhada por forte sensação de urgência para urinar; e a incontinência urinária mista (IUM), quando há queixa de perda associada à urgência e aos esforços (ABRAMS et al., 2008; HIGA; LOPES; REIS, 2008).

É relevante destacar que a IU é identificada como um sintoma multifatorial, que pode ser provocada por inúmeros fatores, a saber: sexo, idade avançada, raça branca, obesidade, partos vaginais, deficiência estrogênica, condições associadas a aumento da pressão abdominal, tabagismo, doenças do colágeno, neuropatias e histerectomia prévia. Logo, é uma condição que afeta a população mundial, principalmente a feminina (DANFORTH et al., 2006; GUARISI et al., 2001).

No que diz respeito ao tratamento, inclui técnicas fisioterapêuticas, medicamentosas e cirúrgicas, que resultam em um alto índice de cura e contribuem para que as pessoas retornem às suas atividades e ao convívio social sem inseguranças ou restrições, o que melhora sua qualidade de vida (OLIVEIRA; BATTISTI; SECCO, 2009).

De acordo com Dantas, Sawada e Malerbo (2003), não existe uma definição consensual

sobre qualidade de vida (QV), mas os pesquisadores parecem concordar que seu conceito é dinâmico, amplo, subjetivo, polissêmico e agrega aspectos objetivos e subjetivos, como o desenvolvimento socioeconômico e a percepção individual, valorizando a opinião do indivíduo em relação a sua vida.

A Organização Panamericana de Saúde (2005) propõe que a QV seja considerada uma abordagem multifatorial, com base nas seguintes dimensões: saúde física e psicológica, nível de independência (em aspectos de mobilidade, atividades diárias, dependência de medicamentos e cuidados médicos e capacidade laboral), relações sociais e meio ambiente.

Nesse contexto, é importante mencionar que a frequência da perda involuntária de urina, em diversas situações, provoca problemas psicocemocionais muito mais marcantes do que as sequelas físicas, com grandes efeitos que limitam as atividades diárias e a interação social e afeta a autoavaliação da saúde e a qualidade de vida de mulheres com esse problema (TEUNISSEN et al., 2006).

Em meio a essas considerações, cumpre assinalar que o interesse em realizar o presente estudo foi despertado durante a vivência com mulheres incontinentes na atenção básica, o que estimulou a inquietude em investigar, na literatura, a qualidade de vida dessa população, haja vista que muitas são as pesquisas que analisam a quantidade e a frequência dessa patologia. Entretanto, são escassos os que se reportam a analisar o impacto da IU na vida dessas mulheres.

Nessa perspectiva, este estudo teve como objetivo caracterizar a produção científica em periódicos *on-line* acerca do impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres.

## MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa, que consiste na construção de uma ampla investigação da literatura pertinente à temática, utilizada para a compreensão aprofundada de um fenômeno, com base em estudos anteriores, o que permite a reunião de dados de distintas modalidades

de delineamento de pesquisas e possibilita a expansão das conclusões (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

As etapas desenvolvidas para o alcance dos objetivos propostos consistiram em: identificar o tema ou questão da pesquisa; realizar a amostragem (seleção dos artigos); categorizar os estudos; definir as informações extraídas das publicações revisadas; avaliar os estudos selecionados e interpretar e apresentar os resultados da pesquisa (FONSECA; PENISHE, 2009; MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Assim, com o intuito de contemplar a primeira etapa para o delineamento deste estudo, foram elencadas as seguintes questões norteadoras: Qual a caracterização da produção científica em periódicos *on-line* acerca do impacto da IU na QV de mulheres? Qual a contribuição do conhecimento científico produzido sobre o impacto da IU na QV de mulheres para a prática assistencial da Enfermagem?

Para mediar o levantamento do material bibliográfico na condução da pesquisa, foram realizadas buscas na base de dados da Literatura Latino-Americana e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Lilacs) e na biblioteca da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), com base nos Descritores em Ciências da Saúde (Decs), em português e inglês: “Incontinência urinária” (*urinary incontinence*) e “Qualidade de vida” (*quality of life*), que foram combinados por meio do operador booleano *Incontinência urinária and qualidade de vida; urinary incontinence and quality of life* (AND).

Foram adotados os seguintes critérios de inclusão: publicações que retratassem a temática (qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária), contemplando os artigos em texto completo, nos idiomas português e inglês, publicados no período de 2008 a setembro de 2012. Foram excluídos os editoriais, cartas ao editor, estudos reflexivos, relatos de experiência e publicações duplicadas.

Os artigos selecionados foram lidos na íntegra e analisados de acordo com o instrumento de coleta de dados, que conteve itens pertinentes à síntese desses estudos, como: título, autores,

base de dados, idioma, ano de publicação, periódico, tipo e objetivos do estudo. No momento seguinte, os dados obtidos por meio do material compilado dos trechos extraídos das publicações, de acordo com os enfoques dos títulos das publicações eleitas para o estudo, foram agrupados conforme a similaridade dos conteúdos.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo foi constituído por vinte publicações que versaram sobre a temática QV de mulheres com IU, conforme caracterização explicitada no Quadro 1.

**Quadro 1** – Distribuição dos estudos da amostragem – 2008-2012

(continua)

<b>Título do artigo</b>	<b>Bases de dados</b>	<b>Idioma</b>	<b>Ano de publicação/ periódico</b>	<b>Tipo do estudo</b>	<b>Objetivo</b>
Significado de ter incontinência urinária e ser incontinente na visão das mulheres (BORBA; LELIS; BRÉTAS, 2008).	Lilacs SciELO	Português	2008 Texto & Contexto Enfermagem	Estudo qualitativo	Compreender as repercussões da incontinência urinária na vida de mulheres e conhecer o significado das crenças, dos valores e das atitudes de ter incontinência e ser incontinente.
Prevalência de queixas urinárias e o impacto destas na qualidade de vida de mulheres integrantes de grupos de atividade física (MOURÃO et al., 2008).	Lilacs	Português	2008 Acta Fisiátrica	Estudo transversal	Verificar a prevalência de queixas urinárias e seu impacto na qualidade de vida das mulheres integrantes de grupos de atividade física.
Influência da atividade física na qualidade de vida e autoimagem de mulheres incontinentes (CAETANO et al., 2009).	Lilacs SciELO	Português	2009 Revista Brasileira de Medicina do Esporte	Estudo comparativo e exploratório	Verificar a influência de uma proposta de atividades físicas na qualidade de vida e na autoimagem de mulheres incontinentes.
Incontinência urinária e envelhecimento: impacto no cotidiano e na qualidade de vida (HONÓRIO; SANTOS, 2009).	Lilacs SciELO	Português	2009 Revista Brasileira de Enfermagem	Pesquisa qualitativa, com abordagem convergente assistencial.	Compreender em que proporção a incontinência urinária atinge não só o cotidiano das pessoas que a possuem, como também a sua qualidade de vida.
Incontinência urinária em mulheres: razões da não procura por tratamento (SILVA; LOPES, 2009).	Lilacs SciELO	Português	2009 Revista da Escola de Enfermagem da USP	Estudo descritivo e transversal	Verificar as razões da não procura pelo tratamento da incontinência urinária (IU) entre mulheres incontinentes, usuárias de uma Unidade Básica de Saúde em Campinas, SP.
Comparação da qualidade de vida nos diferentes tipos de incontinência urinária feminina (DEDICAÇÃO et al., 2009).	Lilacs SciELO	Português e Inglês	2009 Revista Brasileira de Fisioteapia	Estudo retrospectivo	Comparar o impacto do tipo de incontinência urinária sobre a qualidade de vida em mulheres.

**Quadro 1** – Distribuição dos estudos da amostragem – 2008-2012

(continuação)

<b>Título do artigo</b>	<b>Bases de dados</b>	<b>Idioma</b>	<b>Ano de publicação/ periódico</b>	<b>Tipo do estudo</b>	<b>Objetivo</b>
Avaliação da qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária pelo uso do Kings Health questionnaire (BORGES et al., 2009).	Lilacs	Português e Inglês	2009 Revista Einstein	Estudo do tipo série de casos, descritivo com análise transversal de dados.	Avaliar a qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária e a associação de outros fatores demográficos e socioeconômicos que poderiam influenciar a percepção de qualidade de vida.
Como profissionais de Saúde da rede básica identificam e tratam a incontinência urinária feminina (BARBOSA et al., 2009).	Lilacs	Português	2009 O mundo da Saúde	Estudo descritivo, exploratório e transversal.	Investigar como enfermeiros, médicos da família, clínicos gerais e ginecologistas que atuam na rede básica de saúde abordam e manejam os casos de IU, como a conceituam e quais os tipos de IU na mulher são conhecidos por eles.
Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida em um grupo de mulheres de 40 a 70 anos (CAMARA et al., 2009).	Lilacs	Português	2009 Revista Paraense de Medicina	Estudo transversal	Analisar os malefícios da incontinência urinária (IU) na qualidade de vida (QV) em mulheres de 40 a 70 anos em Belém (PA).
Avaliação da qualidade de vida de idosas com incontinência urinária: idosas institucionalizadas em uma instituição de longa permanência (LAZARI; LOJUDICE; MAROTA, 2009).	Lilacs	Português	2009 Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Estudo descritivo, de caráter transversal	Investigar a qualidade de vida de idosas com incontinência urinária, residentes em uma instituição asilar filantrópica do município de Catanduva (SP).
Vivências de mulheres brasileiras com incontinência urinária (HIGA et al., 2010).	Lilacs Scielo	Português	2010 Texto & Contexto Enfermagem	Método clínico-qualitativo com entrevistas semidirigidas	Aprofundar os conhecimentos sobre as vivências com a perda urinária entre mulheres brasileiras.
A rede de apoio ao paciente incontinente: a busca por suporte e tratamentos (HONÓRIO; SANTOS, 2010).	Lilacs	Português	2010 Revista Enfermagem UERJ	Estudo qualitativo, usando a abordagem convergente-assistencial	Recuperar a continência urinária de adultos por meio da reabilitação do assoalho pélvico inferior e do autocuidado.

**Quadro 1** – Distribuição dos estudos da amostragem – 2008-2012

(continuação)

<b>Título do artigo</b>	<b>Bases de dados</b>	<b>Idioma</b>	<b>Ano de publicação/ periódico</b>	<b>Tipo do estudo</b>	<b>Objetivo</b>
Perfil clínico, qualidade de vida e sintomas depressivos de mulheres com incontinência urinária atendidas em hospital-escola (KNORST; RESENDE; GOLDIM, 2011).	Lilacs Scielo	Português e Inglês	2011 Revista Brasileira de Fisioterapia	Estudo descritivo transversal	Descrever as características da incontinência urinária (IU) e avaliar seu impacto na qualidade de vida (QV) relacionada à saúde e aos sintomas depressivos de mulheres encaminhadas para atendimento fisioterapêutico em hospital universitário.
Avaliação da força muscular do assoalho pélvico em idosas com incontinência urinária (SOUSA et al., 2011).	Lilacs Scielo	Português	2011 Revista Fisioterapia em Movimento	Estudo experimental	Verificar se, após a cinesioterapia, houve melhora da força da musculatura do assoalho pélvico e da qualidade de vida em mulheres pós-menopáusicas com queixa clínica de incontinência urinária de esforço ou mista.
Avaliação da qualidade de vida e da perda urinária de mulheres com bexiga hiperativa tratadas com eletroestimulação transvaginal ou do nervo tibial (FRANCO et al., 2011).	Lilacs	Português	2011 Revista Fisioterapia e Pesquisa	Ensaio clínico prospectivo comparativo	Avaliar e comparar os efeitos da ET ou ENT sobre a QV de mulheres com IU, avaliar sua repercussão na queixa clínica de BH e IU mista e verificar o grau de satisfação dessas pacientes com o tratamento fisioterapêutico proposto.
Qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária (PEDRO et al., 2011).	Lilacs Scielo	Português	2011 Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas	Pesquisa descritiva e exploratória	Investigar a qualidade de vida de mulheres com queixa de incontinência urinária que buscaram atendimento médico em ambulatório de urologia de um hospital de ensino.
Correlação entre sinais e sintomas de incontinência urinária e autoestima em idosas (MELO et al., 2012).	Lilacs Scielo	Português	2012 Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	Estudo analítico transversal	Identificar a prevalência de sinais e sintomas de incontinência urinária e sua relação com a autoestima de idosas.
Impacto do treinamento dos músculos do assoalho pélvico na qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária (FITZ et al., 2012).	Scielo	Português	2012 Revista da Associação Médica Brasileira	Ensaio clínico prospectivo	Avaliar o efeito do treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP) na QV de mulheres com IUE.

**Quadro 1** – Distribuição dos estudos da amostragem – 2008-2012

(conclusão)

<b>Título do artigo</b>	<b>Bases de dados</b>	<b>Idioma</b>	<b>Ano de publicação/ periódico</b>	<b>Tipo do estudo</b>	<b>Objetivo</b>
Fatores associados à incontinência urinária em idosos com critérios de fragilidade (SILVA; D'ELBOUX, 2012).	Lilacs	Português	2012 Texto & Contexto Enfermagem	Estudo transversal, de natureza quantitativa	Analisar os fatores associados à incontinência urinária entre idosos com critérios de fragilidade (pré-frágeis e frágeis).
A incontinência urinária no puerpério e o impacto na qualidade de vida (LEROY; LOPES, 2012).	Lilacs SciELO	Inglês	2012 Revista Latino- -americana de Enfermagem	Estudo de Caso Controle	Avaliar se a IU, após o parto, compromete a QVRS de mulheres atendidas em hospital público terciário e de ensino, do interior do estado de São Paulo, Brasil, e em quais aspectos.

Fonte: Elaboração própria.

Por meio da análise dos vinte artigos apresentados no Quadro 1, verificou-se que 8 estudos (40%) foram selecionados da base de dados Lilacs, e 1 (5%) publicação esteve presente na biblioteca SciELO. Cumpre assinalar que 11 (55%) artigos estavam concomitantemente nas duas bases de dados. No tocante ao idioma, 16 (80%) estudos estavam disponibilizados em português, 1 (5%), em inglês, e 3 (15%), em ambos os idiomas.

Em relação ao ano das publicações, observou-se que 2009 correspondeu ao período com o maior número de artigos publicados sobre a temática investigada, com oito (40%) publicações, seguido dos anos de 2011 e 2012, com quatro (20%) cada um. Os anos de 2008 e 2010 apresentaram um quantitativo de dois (10%) artigos para cada ano.

Quanto aos periódicos, destacaram-se importantes revistas nacionais e internacionais, dentre as quais, merece evidência a Revista Texto & Contexto Enfermagem, com três (15%) publicações. No que concerne às modalidades dos estudos, ressalta-se que todos os artigos são originais, com nove (45%) artigos do tipo transversal. Nesse sentido, o método de análise da temática possibilitou categorizar, interpretar e agrupar os dados semelhantes. Desse agrupamento, emergiram três categorias temáticas: “Avaliação da QV de mulheres com IU”; “Repercussões da IU na QV das mulheres” e “Intervenção multiprofissional

como estratégia para a redução do impacto na QV de mulheres incontinentes”, que apresentaram a síntese do conhecimento contemplado na literatura.

### **Avaliação da qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária**

Nessa categoria, constatou-se que a avaliação da QV na IU pode ser investigada por meio de instrumentos genéricos e específicos. Nesse sentido, a QV das pessoas com IU tem sido uma preocupação importante da área de Saúde nos dias atuais. Assim, a literatura disponível atualmente possibilita aos pesquisadores realizarem uma verificação do real impacto da doença sob um aspecto multidimensional.

Quanto aos instrumentos genéricos, que abrangem os aspectos comuns e importantes da saúde e podem ser empregados para avaliar e comparar a qualidade de vida em diferentes condições de saúde e sub-populações, os estudos evidenciaram os seguintes instrumentos: WHOQOL-bref e o SF-36 (KNORST; RESENDE; GOLDIM, 2011; LEROY; LOPES, 2012).

Alguns autores ressaltam que esses instrumentos são úteis na comparação entre diferentes doenças ou com a população geral sem problema de saúde declarado, mas são pouco sensíveis na detecção de mudanças ou diferenças

na condição de saúde de uma população clínica específica (BORGES et al., 2009; KNORST; RESENDE; GOLDIM, 2011). Para isso, é de suma importância o emprego de instrumentos de avaliação da qualidade de vida específicos, que incluam perguntas relevantes para o problema de saúde em questão.

Dentre os instrumentos específicos, ressalta-se o *King's Hear Questionnaire* (KHQ), que foi desenvolvido na língua inglesa por Kelleher et al. (1997), traduzido e validado por Tamanini et al. (2003) para a língua portuguesa. É utilizado como instrumento específico para avaliar a QV de indivíduos com incontinência. O referido questionário é composto por 21 questões, divididas em oito domínios: percepção geral da saúde, impacto da incontinência, limitações de atividades de vida diária, limitações físicas, limitações sociais, relações pessoais, emoções, sono e disposição. O instrumento é pontuado em cada um de seus domínios, varia de 0 a 100, e quanto maior for a pontuação obtida pior é a QV relacionada àquele domínio (FONSECA et al., 2005; TAMANINI et al., 2003). Além desses domínios, existem duas outras escalas independentes: uma para avaliar a gravidade da incontinência urinária e a outra para avaliar a presença e a intensidade dos sintomas. Pode considerar-se também o item de avaliação da gravidade da IU como um domínio específico. Assim, o questionário passa a ser composto por 30 questões, que são divididas em nove domínios (FONSECA et al., 2005).

No que concerne às repercussões da IU na QV das mulheres, em estudo realizado por Mourão et al. (2008), que utilizaram o instrumento de KHQ, verificou-se que a maioria das mulheres incontinentes estudadas referiram prejuízos em todos os domínios, porém o domínio com maior escore identificado foi o do impacto da IU. Tal assertiva corrobora o estudo de Câmara et al. (2009), ao revelar que o impacto da IU é o fator mais agravante entre mulheres incontinentes e repercute diretamente na QV dessa população. Em relação aos tipos de incontinência que mais acometem as mulheres nos estudos, sobressai-se a incontinência mista (IUM), que pode ser entendida como uma associação da perda de

urina aos esforços com a incontinência de urgência (BORGES et al., 2009; DEDICAÇÃO et al., 2009). Vale destacar, de acordo com a pesquisa de Knorst, Resende e Goldim (2011), que as mulheres com o diagnóstico de IUM tiveram maior número de gestações. Esse tipo de IU é significativamente associado à realização de parto vaginal e às situações de saltar, caminhar e apresentar orgasmo.

Outro instrumento específico para avaliar a IU é o *International Consultation on Incontinence Questionnaire – Short Form* (ICIQ-SF), composto por seis questões que avaliam sexo, data de nascimento, frequência, quantidade e o impacto da incontinência na vida diária, incluindo uma sequência de oito itens autodiagnósticos, relacionados às causas ou às situações de IU que não são pontuados. A soma dos escores (ICIQ Escore) das questões três, quatro e cinco varia de 0 a 21. Para ser considerada incontinente, a mulher deve apresentar escore maior ou igual a 3, sendo maior a gravidade da IU quanto mais elevado for o escore total (SILVA; D'ELBOUX, 2012).

No estudo que utilizou o instrumento do ICIQ, verificou-se que a maioria das mulheres investigadas relataram diversas perdas urinárias ao dia, enquanto outras referiram que isso ocorria duas ou três vezes por semana. Tais episódios ocorreram com mais frequência ao tossir ou espirar (LAZARI; LOJUDICE; MAROTA, 2009). Portanto, salienta-se que a IU interfere diretamente nas atividades diárias das mulheres, de tal maneira que as portadoras dessa moléstia apresentam menores índices de qualidade de vida (SILVA; D'ELBOUX, 2012).

### **Repercussões da incontinência urinária na qualidade de vida das mulheres**

Vários artigos descreveram o impacto da incontinência na vida das mulheres que apresentam tal patologia. As restrições e os acometimentos relatados pelas mulheres com sintomas de IU são destacadas no estudo de Pedro et al. (2011). Os principais e que prejudicam a QV são: acometimentos sociais e sexuais, alterações psicoemocionais e diminuição da qualidade do sono/repouso.

De acordo com relatos de algumas mulheres, é extremamente embaraçoso falar sobre a perda urinária, de tal modo que foi possível evidenciar que elas não comentam porque pressupõem que as outras pessoas também preferem não tocar nesse assunto (HIGA et al., 2010). Estes autores afirmam ainda que, para as mulheres brasileiras, jovens, trabalhadoras e de baixa situação socioeconômica, a vivência com a perda urinária, de modo semelhante aos estudos realizados com mulheres de diferentes culturas, é algo proibitivo, que fere a sensibilidade das pessoas e leva à experiência de um estigma. Elas acreditam que a IU é um assunto que deve ser escondido e percebem como obstáculo nas interações interpessoais; convivem com o medo, a vergonha e o sofrimento, a ponto de preferir o silêncio a ter de pedir ajuda.

Outro aspecto importante a ser mencionado diz respeito à autoestima vivenciada por essas mulheres. Em um estudo realizado com 27 mulheres, as autoras constataram que 77,8% delas apresentaram baixa autoestima e consideraram tal condição uma ameaça, o que as incentivava a desenvolver sistemas adaptativos e, caso fossem bem-sucedidos, poderiam aceitar a IU e conduzir uma vida “normal” (MELO et al., 2012).

Um exemplo de medida adaptativa para essas mulheres incontinentes seria o uso de absorventes ou forro, já que essa estratégia é considerada pelas pacientes como uma precaução que lhes permite sair de casa com mais segurança (BORBA; LELIS; BRÊTAS, 2008; HONÓRIO; SANTOS, 2009).

Além da utilização de proteção perineal, averiguou-se que algumas pacientes encontram outras alternativas, na tentativa de minimizar o risco de acidentes urinários. Algumas estratégias foram relatadas, destacando-se as idas frequentes ao banheiro, os intervalos curtos entre as micções e o uso de roupas escuras. Associado a isso, há casos de pacientes cuja vida social e atividades fora de casa são prejudicadas. Isso acontece porque ficam dependentes do banheiro, em suas saídas, e procuram sempre estar por perto de um “ponto de apoio”, caso seja necessário (HONÓRIO; SANTOS, 2009).

Diante do exposto, recomenda-se que, para restabelecer a qualidade de vida dessas mulheres, o profissional de saúde deve estar atento e comprometido em resgatar-lhes a autoestima e as relações pessoais, físicas e sociais, orientando e intervindo quando necessário (CÂMARA et al., 2009).

### **Intervenção multiprofissional como estratégia para reduzir o impacto na qualidade de vida de mulheres incontinentes**

Durante a revisão observou-se que a maior dificuldade de se proceder à intervenção multiprofissional na IU está relacionada à falta de procura por tratamento. Estima-se que uma em cada três pessoas que sofrem com incontinência urinária sente-se constrangida em falar sobre o assunto com familiares, amigos ou com um profissional da saúde, razão por que convive com o problema por muitos anos, sem procurar ajuda e considerando a situação como algo normal (BARBOSA et al., 2009).

Algumas autoras apontam razões comuns para a não procura de tratamento, como o fato de a IU não ser vista como algo sério ou anormal e ser considerada parte integrante do processo de envelhecimento; a baixa expectativa nos benefícios do tratamento e a falta de conhecimento de onde buscá-lo; vergonha, hesitação ou medo de consultar os profissionais da área de saúde; custos elevados da consulta; a questão do profissional médico não dar atenção a esse sintoma, dentre outros (SILVA; LOPES, 2009).

Convém enfatizar que a IU pode ser classificada de acordo com a sintomatologia apresentada pelo paciente e estudos urodinâmicos previamente realizados. Conforme o tipo de IU detectada, a forma de abordagem e o tratamento adequado podem variar (HONÓRIO; SANTOS, 2010). Nessa perspectiva, como formas de tratamento destacam-se as intervenções cirúrgicas, o uso de medicamentos e as terapias conservadoras. O tratamento cirúrgico, além de ser um procedimento invasivo, pode trazer complicações, apresentar elevado custo e altas recidivas. É importante ressaltar que a

terapia medicamentosa, ao ser iniciada, não deve ser interrompida e pode causar efeitos colaterais. Por esses motivos, vem aumentando o interesse por tratamentos mais conservadores.

Assim, a ICS, em 2005, recomendou o tratamento fisioterapêutico para IU como a primeira opção, pois se trata de técnicas e recursos que envolvem baixo custo e risco, além de eficácia comprovada. Dentre as modalidades desse tratamento, destacam-se a prática de atividades físicas, a cinesioterapia, a eletroestimulação e o *biofeedback* (FIGUEIREDO et al., 2008). Destarte, os educadores físicos, os fisioterapeutas e os enfermeiros podem atuar como equipe multiprofissional, no que tange às atividades físicas recomendadas para as mulheres incontinentes, entre as quais se inclui o treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP), realizado por meio de exercícios que visam fortalecer essa região do corpo para diminuir os sintomas causados pela IU (SOUSA et al., 2011).

O estudo de Caetano et al. (2009) mostrou que, por meio de uma proposta de atividades físicas sistematizadas e integradas, foi possível promover uma melhora significativa na percepção das mulheres com IU sobre sua qualidade de vida e de saúde, em aspectos relacionados a sua autoimagem e à melhora nos sintomas de IU, com a diminuição da frequência e da quantidade da perda urinária. Corroborando tal assertiva, Fitz et al. (2012) ressaltam que o TMAP é considerado como padrão-ouro para o tratamento da IU com nível "A" de evidência. Adicionalmente, como consequência desse tratamento, encontra-se a melhora da percepção da paciente quanto à doença e à diminuição do impacto em sua QV, somando-se, assim, à evolução da IU. De acordo com os resultados encontrados na pesquisa de Souza et al. (2011), a cinesioterapia é uma das formas de tratamento mais eficazes para fortalecer os músculos do assoalho pélvico, podendo ser aplicada isoladamente ou associada a outras técnicas.

Ainda no que concerne ao tratamento da IU, outra modalidade utilizada seria a eletroestimulação, uma técnica em que se utilizam pequenos eletrodos introduzidos na região endovaginal, com o objetivo de promover a contração passiva

da musculatura do assoalho pélvico. O estudo de Franco et al. (2011) apresentou significativos índices de redução da perda urinária, cura da incontinência e melhora da percepção da paciente acerca de seu corpo mediante o uso da eletroestimulação.

Quanto ao *biofeedback*, é definido como uma técnica por meio da qual as informações usualmente inconscientes acerca do processo fisiológico podem ser convertidas em informações visuais, auditivas ou táteis, visando facilitar a percepção do paciente e orientar o trabalho do terapeuta (ABRAMS et al., 2003). Essa técnica propicia a percepção da paciente acerca dos diferentes grupos musculares, favorecendo, desse modo, a obtenção do controle voluntário dessas estruturas, o qual é usualmente associado à cinesioterapia e/ou à eletroestimulação (FRANCO et al., 2011).

Portanto, é preciso mencionar que a atuação do profissional da área de saúde voltado para o ensino do autocuidado com pacientes incontinentes é viável e demonstra resultados positivos na prática. O tratamento conservador, pela reeducação do assoalho pélvico, utilizando medidas educativas e não invasivas, é uma opção eficiente de tratamento. Assim, para que a população feminina possa ser auxiliada nesse processo de saúde-doença, esses profissionais devem empenhar-se na identificação e no tratamento da IU em mulheres, buscando estratégias para diminuir o impacto na QV delas (HONÓRIO; SANTOS, 2010).

Diante do exposto, reforça-se a necessidade de os profissionais da saúde questionarem sobre esse problema e de os serviços de atenção primária e secundária de saúde preocuparem-se em organizar equipes multidisciplinares para atender às mulheres portadoras de IU, orientá-las e oferecer condições de atendimento acolhedor e individualizado, no que diz respeito aos seus aspectos emocionais e psicossociais (BORGES et al., 2009).

## CONCLUSÃO

Após a análise dos dados empíricos do estudo, observou-se que a IU envolve diversos aspectos negativos relacionados à QV das

mulheres, dentre eles, as restrições no que concerne às relações sociais e sexuais, às alterações psicoemocionais e à diminuição da qualidade do sono/repouso. A literatura apontou ainda que as mulheres com perda urinária, na maioria das vezes, escondem o problema devido à vergonha e receio frente a alguns profissionais, no que diz respeito às implicações psicossociais da IU em sua vida. Isso pode resultar em situações de indiferença e subestimação das queixas. Significantes formas de avaliação da QV de mulheres com perda urinária foram evidenciadas por meio de instrumentos genéricos e específicos, dentre eles, o KHQ e o ICIQ-SF, que podem auxiliar na identificação do impacto da IU na vida diária dessa população.

Diante disso, os profissionais da área de saúde devem mostrar-se receptivos a esse assunto tão delicado para a população acometida. Assim, é de extrema importância incluir em todas as consultas questões por meio das quais seja possível diagnosticar qualquer perda involuntária de urina, e os serviços de saúde devem inserir equipes multiprofissionais especializadas em prestar assistência à população incontinente.

Recomenda-se ainda que o tratamento conservador seja amplamente estimulado e aprimorado entre os profissionais e proposto às mulheres incontinentes. Entretanto, é premente que o profissional compreenda que, independentemente da forma de tratamento, a relação com a paciente deve ser permeada por respeito às individualidades, haja vista que cada mulher é um ser único.

Assim, após o conhecimento da literatura sobre a QV em mulheres incontinentes, recomenda-se que outras pesquisas sejam realizadas acerca da temática ora exposta, com fins de implementar novas intervenções específicas para essa população.

## REFERÊNCIAS

ABRAMS, Paul et al. Significado de ter incontinência urinária e ser incontinente na visão das mulheres. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 17, n. 3, p. 527-535, 2008.

ABRAMS, Paul et al. The standardization of terminology in lower urinary tract function: Report from the standardization sub-committee of the International Continence Society. *Urology*, Ridgewood, v. 61, n. 1, p. 37-49, 2003.

BARBOSA, Sara da S. et al. Como profissionais de saúde da rede básica identificam e tratam a incontinência urinária feminina. *O Mundo da Saúde*, São Paulo, v. 33, n. 4, p. 449-456, 2009.

BORBA, Alessandra Maria C.; LELIS, Maria Alice dos S.; BRÊTAS, Ana Cristina P. Significado de ter incontinência urinária e ser incontinente na visão das mulheres. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 17, n. 3, p. 127-135, 2008.

BORGES, João Bosco R. et al. Avaliação da qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária pelo uso do Kings Health questionnaire. *Einstein*, São Paulo, v. 7, n. 3, p. 308-313, 2009.

CAETANO, Aletha S. et al. Influência da atividade física na qualidade de vida e auto-imagem de mulheres incontinentes. *Rev. Bras. Med. Esporte*, São Paulo, v. 15, n. 2, p. 93-97, 2009.

CÂMARA, Cibele Nazaré S. et al. Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida em um grupo de mulheres de 40 a 70 anos. *Rev. para. Med.*, Belém, v. 23, n. 1, p. 1-7, jan./mar. 2009.

DANFORTH, Kim N. et al. Risk factors for urinary incontinence among middle-aged women. *Am. J. Obstet. Gynecol.*, St. Louis, v. 194, n. 2, p. 339-345, 2006.

DANTAS, Rosana Aparecida S.; SAWADA, Namie O.; MALERBO, Maria Bernadete. Pesquisa sobre qualidade de vida: revisão da produção científica das universidades públicas do Estado de São Paulo. *Rev. Latino-am. Enferm.*, Ribeirão Preto, v. 11, n. 4, p. 532-538, 2003.

DEDICAÇÃO, Anny Caroline et al. Comparação da qualidade de vida nos diferentes tipos de incontinência urinária feminina. *Rev. bras. Fisioter.*, São Carlos, v. 13, n. 2, p. 116-122, 2009.

DUBEAU, Catherine E.; SIMON, Samuel E.; MORRIS, John N. The effect of urinary incontinence on quality of life in older nursing home residents. *J. Am. Geriatr. Soc.*, New York, v. 54, n. 9, p. 1325-1333, 2006.

FIGUEIREDO, Elyonara M. et al. Perfil sociodemográfico e clínico de usuárias de serviço de fisioterapia uroginecológica da rede pública. *Rev. bras. Fisioter.*, São Carlos, v. 12, n. 2, p. 136-142, 2008.

FITZ, Fátima Fani et al. Impacto do treinamento dos músculos do assoalho pélvico na qualidade de vida

- em mulheres com incontinência urinária. *Rev. Assoc. Med. Bras.*, São Paulo, v. 58, n. 2, p. 155-159, 2012.
- FONSECA, Eliana S.M. et al. Validação do questionário de qualidade de vida ("King's Health Questionnaire") em mulheres brasileiras com incontinência urinária. *Rev. Bras. Ginecol. Obstet.*, Rio de Janeiro, v. 27, n. 5, p. 235-242, 2005.
- FONSECA, Rosa Maria P.; PENISHE, Aparecida de Cássia G. Enfermagem em centro cirúrgico: trinta anos após a criação do Sistema de Assistência de Enfermagem Perioperatória. *Acta paul. Enferm.*, São Paulo, v. 22, n. 4, p. 428-433, 2009.
- FRANCO, Maíra de M. et al. Avaliação da qualidade de vida e da perda urinária de mulheres com bexiga hiperativa tratadas com eletroestimulação transvaginal ou do nervo tibial. *Fisioter. Pesqui.*, São Paulo, v. 18, n. 2, p. 145-150, 2011.
- GUARISI, Telma et al. Urinary incontinence among climateric Brazilian women: household survey. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 35, n. 5, p. 428-435, 2001.
- HIGA, Rosângela et al. Vivências de mulheres brasileiras com incontinência urinária. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 19, n. 4, p. 627-635, 2010.
- HIGA, Rosângela; LOPES, Maria Helena B. de M.; REIS, Maria José. Fatores de risco para incontinência urinária na mulher. *Rev. Esc. Enferm. USP*, São Paulo, v. 42, n. 1, p. 187-192, 2008.
- HONÓRIO, Melissa O.; SANTOS, Sílvia Maria A. dos. A rede de apoio ao paciente incontinente: a busca por suporte e tratamentos. *Rev. Enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 383-388, 2010.
- \_\_\_\_\_. Incontinência urinária e envelhecimento: impacto no cotidiano e na qualidade de vida. *Rev. bras. Enferm.*, Brasília, v. 62, n. 1, p. 51-56, 2009.
- HUANG, Alison J. et al. Quality of life impact and treatment of urinary incontinence in ethnically diverse older women. *Arch. Intern. Med.*, Chicago, v. 166, n. 18, p. 2000-2006, 2006.
- KELLEHER, C.J. et al. A new questionnaire to assess the quality of life of urinary incontinent women. *Br. J. Obstet. Gynaecol.*, London, v. 104, p. 1374-1379, 1997.
- LOPES, Maria Helena B. de M.; HIGA, Rosângela. Restrições causadas pela incontinência urinária à vida da mulher. *Rev. Esc. Enferm. USP*, São Paulo, v. 40, n. 1, p. 39-41, 2006.
- MELO, Bruna Evellyn S. et al. Correlação entre sinais e sintomas de incontinência urinária e autoestima em idosas. *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, Rio de Janeiro, v. 15, n. 1, p. 41-50, 2012.
- MENDES, Karina Dal S.; SILVEIRA, Renata Cristina de C.P.; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde em Enfermagem. *Texto & Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.
- LEROY, Lígia da S.; LOPES, Maria Helena B. de M. A incontinência urinária no puerpério e o impacto na qualidade de vida relacionada à saúde. *Rev. Latino-Am. Enferm.*, Ribeirão Preto, v. 20, n. 2, 2012.
- MOURÃO, Flávio Afonso G. et al. Prevalência de queixas urinárias e o impacto destas na qualidade de vida de mulheres integrantes de grupos de atividade física. *Acta Fisiátrica*, São Paulo, v. 15, p. 173-178, 2008.
- OLIVEIRA, Sheila G. de; BATTISTI, Betina Z.; SECCO, Vanessa Liciane. Avaliação da qualidade de vida de portadores de incontinência urinária. *RBCEH*, Passo Fundo, v. 6, n. 1, p. 34-41, jan./abr. 2009.
- ORGANIZAÇÃO PANAMERICANA DE SAÚDE. *Envelhecimento ativo: uma política de saúde*. Brasília, 2005.
- PEDRO, Alana F. et al. Qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária. *Rev. Eletr. Saúde Mental Álcool Drog.*, Ribeirão Preto, v. 7, n. 2, p. 63-70, 2011.
- SILVA, Lígia da; LOPES, Maria Helena B. de M. Incontinência urinária em mulheres: razões da não procura por tratamento. *Rev. Esc. Enferm. USP*, São Paulo, v. 43, n. 1, p. 72-78, 2009.
- SILVA, Vanessa A. da; D'ELBOUX, Maria José. Fatores associados à incontinência urinária em idosos com critérios de fragilidade. *Texto Contexto Enferm.*, Florianópolis, v. 21, n. 2, p. 338-347, 2012.
- SOUSA, Juliana G. et al. Avaliação da força muscular do assoalho pélvico em idosas com incontinência urinária. *Fisioter. Mov.*, Curitiba, v. 24, n. 1, p. 39-46, 2011.
- TAMANINI, José Tadeu N. et al. Validação do "King's Health Questionnaire" para o português em mulheres com incontinência urinária. *Rev. Saúde Pública*, São Paulo, v. 37, n. 2, p. 203-211, 2003.
- TEUNISSEN, Doreth et al. It can always happen: the impact of urinary incontinence on elderly men and women. *Scand. J. Prim. Health Care*, Oslo, v. 24, n. 3, p. 166-173, 2006.

Submetido: 5/2/2013

Aceito: 7/10/2013