

693 - A IMPORTÂNCIA DA EDUCAÇÃO DO TREINAMENTO DO ASSOALHO PÉLVICO NA GESTAÇÃO PARA PREVENÇÃO DE INCONTINÊNCIA URINÁRIA

Tipo: POSTER

Autores: LEILA POLIANA GALIZA DE FRANÇA (UPE), PRISCILA MARTINS ARAÚJO MENEZES (UPE)

INTRODUÇÃO: O período gravídico gera uma série de alterações no tocante anatômico, fisiológico e psicológico, entre eles, o enfraquecimento e sobrecarga do assoalho pélvico que associado as mudanças no trato urinário em todas as fases da gestação pode gerar incontinência urinária[1]. **OBJETIVO:** Conhecer a importância da educação das gestantes quanto o fortalecimento do assoalho pélvico como prevenção da incontinência urinária e a participação da atenção primária à saúde. **MÉTODO:** Revisão da literatura realizada nas bases de dados Google acadêmico e Scientific Electronic Library Online por meio das palavras chave, sendo os achados apresentados por síntese descritiva. **RESULTADOS:** Os achados demonstram que devido o assoalho pélvico ser um grupo muscular involuntário e voluntário e seus ligamentos estarem conectados a estruturas ósseas que sustentam e se fundem aos órgãos pélvicos e abdominais, a compressão dessa estrutura pélvica na gestação em especial no terceiro trimestre, vem influenciando no esvaziamento involuntário da bexiga, acarretando diversos problemas a mulher, que englobam desde prejuízos a comodidade física como a fenômenos emocionais e mentais, além da redução da qualidade de vida[1;2;3]. Entretanto, a literatura discorre que todas essas problemáticas de incontinência urinária, que afeta 30% a 50% das gestantes, podem ser prevenidas através da educação da relevância do treinamento para fortalecimento do assoalho pélvico durante toda gestação[3]. É importante destacar que a incontinência urinária pode persistir no pós-parto devido musculatura do períneo não está ativa ou se encontrar mais fraca, enfatizando ainda mais a relevância do processo educacional do fortalecimento desse grupo muscular[1;4]. Realça-se ainda que, essa educação das gestantes deve ocorrer principalmente na atenção primária à saúde por abarcar com maior enfoque na saúde pública a promoção e prevenção de agravos e assistência a saúde da mulher, incluindo da gestante com o pré-natal de baixo risco[2;3]. Evidencia-se também que, essa ação preventiva deve ocorrer por meio de uma equipe multidisciplinar, com participação do enfermeiro e fisioterapeuta[4;5].

Outro ponto de destaque é que além de auxiliar na prevenção da incontinência urinária, o assoalho pélvico fortalecido com exercícios específicos devidamente ensinados por meio de educação em saúde, também previne lesões perineais no parto[1;5]. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, a educação em saúde no que se refere ao fortalecimento do assoalho pélvico é de grande importância, uma vez que, auxilia a gestante na prevenção da incontinência urinária e em todas as suas consequências associadas. Neste contexto, a atenção primária à saúde é fundamental no processo educacional da gestante por abarcar a assistência pré e pós parto, além de ser a porta de entrada do Sistema Único de Saúde para as gestantes.