

# IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024

Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"



## PREVENÇÃO NA DISFUNÇÃO DO ASSOALHO PÉLVICO: REVISÃO NARRATIVA

**Alana Emily da Silva<sup>1</sup>, Andreza Gysllaynny Delmondes Saraiva<sup>2</sup>, Lucas  
Mateus Figueiredo Nascimento<sup>3</sup>, Luis Rafael Leite Sampaio<sup>4</sup>**

**Resumo:** O assoalho pélvico é um conjunto de músculos e ligamentos que sustentam os órgãos na região pélvica. As disfunções podem ocorrer devido ao envelhecimento, gestação e partos, levando a problemas como incontinência urinária, prolapso e disfunções sexuais e anorretais. Essas condições afetam várias áreas da vida, incluindo aspectos sociais, sexuais, psicológicos e familiares. Apesar de serem consideradas um problema de saúde pública, as disfunções do assoalho pélvico são pouco discutidas, tanto pelo público quanto pelos profissionais de saúde. Essa falta de diálogo dificulta a compreensão da importância dessas condições, a interpretação dos sintomas e o acesso a medidas de prevenção adequadas. Objetivou-se identificar as medidas de Prevenção na Disfunção do Assoalho Pélvico. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura realizada em outubro de 2024. Utilizaram-se os descritores "Pelvic Floor Disorders" e "Prevention", combinados com o operador Booleano (AND), na base de dados PubMed e no mecanismo de busca Google Acadêmico, resultando na seleção final de 10 documentos. Identificou-se que o Treinamento dos Músculos do Assoalho Pélvico é uma abordagem preventiva eficaz, reduzindo em 28% o risco de incontinência urinária e em 50% o de rupturas perineais graves. Recomenda-se também o aumento da ingestão de líquidos para prevenir infecções do trato urinário e a realização de cinesioterapia. Para gestantes, o fortalecimento da musculatura pélvica deve ser realizado antes do parto, a fim de prevenir avulsões musculares associadas ao prolapso de órgãos. Além disso, a cinesioterapia durante a gestação foi destacada como uma ferramenta importante para aumentar a conscientização das gestantes sobre sua musculatura pélvica, aprimorando sua preparação para o parto e prevenindo disfunções no pós-parto. As oficinas educativas demonstraram auxiliar na prevenção das disfunções ao promoverem a saúde do assoalho pélvico, levando a mudanças positivas nos hábitos urinários e digestivos das participantes. Embora as disfunções do assoalho pélvico sejam relativamente comuns, poucos

---

<sup>1</sup> Universidade Regional do Cariri, email: alana.emily@urca.br

<sup>2</sup> Universidade Regional do Cariri, email: andreza.delmondes@urca.br

<sup>3</sup> Universidade Regional do Cariri, email: lucas.figueiredo@urca.br

<sup>4</sup> Universidade Regional do Cariri, email: rafael.sampaio@urca.br

# IX SEMANA UNIVERSITÁRIA DA URCA XXVII Semana de Iniciação Científica da URCA

04 a 08 de NOVEMBRO de 2024

Tema: "CIÊNCIA, TECNOLOGIA E AMBIENTE: MÚLTIPLOS SABERES E FAZERES"



estudos divulgam medidas de prevenção para essas condições. Portanto, é necessário divulgar quais sintomas os pacientes devem observar e fornecer orientações sobre como prevenir problemas antes que se agravem. Essa abordagem pode contribuir para a realização de futuros estudos e para a melhoria da saúde relacionada ao assoalho pélvico.

**Palavras-chave:** Prevenção. Disfunção do assoalho pélvico. Conscientização. Qualidade de vida.