

Johannessen, H.H., et al., 2017 – Resumo

Efeito de Exercícios dos Músculos do Assoalho Pélvico na Incontinência Anal Pós-Parto

Objetivo

Avaliar se exercícios individualizados dos músculos do assoalho pélvico (PFME) reduzem os sintomas de incontinência anal (IA) após o parto.

Resultados

- PFME adaptados individualmente reduziram os sintomas de IA pós-parto.
- Mulheres que realizaram PFME semanalmente mostraram melhora maior nos escores de IA em comparação com o grupo controle.
- A capacidade de realizar contrações voluntárias do assoalho pélvico (VPFMC) aumentou nas participantes do grupo de intervenção.
- Baixas taxas de desistência foram registradas.
- Conclui-se que exercícios regulares do assoalho pélvico podem ser um tratamento eficaz para IA pós-parto.

Participantes e Pesquisadores

- 109 mulheres pós-parto com IA no início do estudo, em um ensaio clínico randomizado não cego.
- Pesquisadores: HH Johannessen (Dept. de Fisioterapia, Østfold Hospital Trust, Noruega), A Wibe (Dept. de Pesquisa em Câncer e Medicina Molecular, NTNU, Trondheim, Noruega), A Stordahl (Dept. de Cirurgia, Østfold Hospital Trust), L Sandvik (Centro de Bioestatística e Epidemiologia, Oslo University Hospital), S Mørkved (Dept. de Saúde Pública e Medicina Geral, NTNU, Trondheim, Noruega).

Métodos

- Grupo de intervenção: seis meses de PFME individualmente guiados por fisioterapeuta.
- Grupo controle: recebimento apenas de informações escritas sobre PFME.

- Mulheres do grupo PFME com contrações voluntárias ausentes (VPFMC) receberam **estimulação elétrica** domiciliar com **NeuroTrac ETS Pelvitone (Verity Medical)** e sonda anal rígida **Anuform (Neen Mobilis Health Care Group, UK)** até conseguirem realizar VPFMC ativas e iniciar PFME.

Referência completa:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27272501/>