

ENSharma, Kiran 2024 Resumo

Exercícios de Estabilização Neuromuscular Dinâmica para Incontinência Urinária de Esforço (IUE) em Mulheres

Objetivo O estudo teve como objetivo avaliar a eficácia da estabilização neuromuscular dinâmica (DNS) em comparação com os exercícios tradicionais de Kegel em mulheres com incontinência urinária de esforço (IUE). Utilizando feedback de eletromiografia (EMG), focou-se na avaliação do impacto da DNS na força dos músculos do assoalho pélvico (PFM) e na ativação da musculatura do core para fornecer insights valiosos na gestão da continência urinária.

Resultados Foram observadas melhorias significativas na força do assoalho pélvico e na ativação da musculatura do core no grupo DNS em comparação com o grupo de exercícios de Kegel. Os valores do perineômetro, as medições de EMG e as leituras da unidade de feedback de pressão demonstraram melhorias substanciais pós-intervenção em ambos os grupos.

Participantes e Pesquisadores A pesquisa contou com 90 mulheres, com idades entre 18 e 40 anos. Todas as participantes foram diagnosticadas por um ginecologista.

Os pesquisadores foram Kiran Sharma e Meena Gupta, Fisioterapia, Amity Institute of Health Allied Sciences, Amity University, Noida, Índia, e Raju K. Parasher, Fisioterapia, Venkateshwar Hospital, Universidade de Delhi, Nova Deli, Índia.

Métodos As participantes foram divididas em dois grupos: o grupo de estabilização neuromuscular dinâmica (DNS) e o grupo controle (grupo de exercícios de Kegel), sendo que cada grupo era composto por 45 indivíduos.

Foram realizados exames de linha de base, incluindo a força dos músculos do assoalho pélvico (perineômetro), EMG dos músculos do assoalho pélvico e ativação do transverso do abdômen (feedback de pressão). Essas medições foram repetidas após um período de intervenção de 12 semanas.

O dispositivo NeuroTrac MyoPlus2 (Verity Medical) foi utilizado para coletar dados de eletromiografia e biofeedback.

O resumo completo pode ser encontrado em <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38846252/>