

Tosun, Özge Çeliker, et al. 2022

As Posições de Relaxamento do MAP São Eficientes?

Objetivo

Este estudo teve como objetivo investigar o efeito de diferentes posições de relaxamento nos músculos do assoalho pélvico (MAP) e nos músculos abdominais em mulheres com incontinência urinária (IU).

Resultados

A posição mais eficiente para o relaxamento do MAP foi a posição de borboleta modificada (P1), seguida pela posição de agachamento profundo com apoio (P3) e pela posição da criança modificada (P2), respectivamente. A ordem também foi a mesma para os músculos abdominais. O músculo reto abdominal (RA) foi o mais afetado durante o relaxamento do MAP. A extensão do relaxamento do músculo RA aumentou conforme a extensão do relaxamento do MAP aumentava. Nenhuma diferença foi encontrada entre os diferentes tipos de IU durante a mesma posição em termos de extensão do relaxamento do MAP.

O estudo concluiu que o relaxamento eficiente do MAP é mantido durante as posições recomendadas nas clínicas de fisioterapia. A extensão do relaxamento do MAP e dos músculos abdominais varia de acordo com as posições.

Participantes e Clínicos

Sessenta e sete mulheres diagnosticadas com IU participaram do estudo. O tipo, a frequência e a quantidade de IU foram avaliados por meio do **International Incontinence Questionnaire-Short Form** e de um diário miccional.

Os pesquisadores foram **Özge Çeliker Tosun** e **Meriç Yıldırım**, da Faculdade de Fisioterapia e Reabilitação da Universidade Dokuz Eylül, Izmir, Turquia; **İrem Keser**, do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Dokuz Eylül; **Sefa Kurt**, do Departamento de Obstetrícia e Ginecologia da Universidade Dokuz Eylül; **Gökhan Tosun**, do Departamento de Obstetrícia e Ginecologia do Hospital de Educação e Pesquisa Tepecik, Izmir; e **Damla Korkmaz Dayıcan**, do Departamento de Fisioterapia e Reabilitação, Faculdade de Ciências da Saúde, Universidade Biruni, Istambul, Turquia.

Métodos

A eletromiografia superficial (sEMG) foi utilizada para avaliar as funções do MAP e dos músculos abdominais durante três posições de relaxamento: posição de borboleta modificada (P1), posição da criança modificada (P2) e agachamento profundo com apoio (P3). As atividades eletromiográficas do MAP e dos músculos

abdominais foram avaliadas usando o dispositivo de EMG superficial **NeuroTrac MyoPlus PRO 4** (Verity Medical). Uma sonda endovaginal cilíndrica com dois sensores metálicos (Verity Medical) foi usada para registrar a atividade eletromiográfica.

Este resumo pode ser encontrado em: <https://doi.org/10.1007/s00192-022-05119-3>.