



MEDICINA
PREVENTIVA



Incontinência Urinária

É possível evitar e tratar.



NotreDame
Intermédica

INCONTINÊNCIA URINÁRIA

O QUE É INCONTINÊNCIA URINÁRIA?

É a perda de urina em quantidade e frequência suficientes para acarretar problemas sociais ou higiênicos. Impactante na saúde e na qualidade de vida do paciente, predispõe ao aparecimento de infecções urinárias, que pode levá-lo ao constrangimento, ao isolamento social e à depressão.

Em casos mais avançados, observam-se consideráveis riscos de institucionalização. A prevalência da incontinência urinária aumenta com a idade e é maior entre as mulheres.

O envelhecimento, por si só, não é a única causa, pois mudanças funcionais e estruturais do sistema urinário também são determinantes.





DIAGNÓSTICO

Caso haja suspeitas de incontinência urinária, marque uma consulta com seu médico de confiança.

Na ocasião, ele vai elaborar um histórico e realizará exames físicos que focarão em análises nas regiões do abdome, dos genitais, da pelve, do reto e do sistema neurológico.

Se necessário, solicitará exames complementares.



A incontinência urinária atinge 10 milhões de brasileiros de todas as idades, sendo duas vezes mais comum no sexo feminino, afirma a Sociedade Brasileira de Urologia.



INCONTINÊNCIA DE URGÊNCIA

É o tipo mais comum em pacientes idosos de ambos os sexos. É caracterizada pela perda involuntária de urina imediatamente precedida por um desejo súbito de urinar (urgência).

INCONTINÊNCIA DE ESFORÇO

Escape de urina, habitualmente em pequenos jatos, causado pelo aumento da pressão abdominal, o qual ocorre quando o indivíduo tosse, ri, faz força, espirra ou levanta um objeto pesado.

É o tipo mais comum em mulheres jovens e o segundo em mulheres idosas.

INCONTINÊNCIA POR TRANSBORDAMENTO

É o escape incontrolável de pequenas quantidades de urina de uma bexiga cheia. O escape ocorre quando a bexiga se torna dilatada e insensível devido à retenção crônica de urina.

INCONTINÊNCIA FUNCIONAL

Quando os mecanismos de controle da micção estão conservados.

Relacionada à incapacidade de chegar ao toalete em tempo de evitar a perda de urina.

INCONTINÊNCIA MISTA

Coexistência de mais de um tipo de incontinência no mesmo paciente. Possíveis causas:

- Infecção urinária
- Efeitos colaterais de alguns medicamentos
- Constipação
- Alteração na próstata
- Alterações ginecológicas

ENTENDER E TRATAR A INCONTINÊNCIA

A primeira medida que o paciente deve ter caso seja diagnosticado com incontinência urinária é admitir o problema.

Com esse entendimento é chegada a hora do tratamento, que pode ser realizado de diferentes maneiras: a partir de medicamentos, com fisioterapia, cirurgia ou, ainda, a combinação dessas três modalidades.

Caberá ao médico diagnosticar e identificar, de forma individualizada, qual o melhor processo.

Caso as intervenções não resolvam o problema por completo, existem alternativas que visam assegurar o bem-estar e a qualidade de vida do paciente.

Entre elas, vale salientar:

- Uso de roupas íntimas especiais para incontinência urinária;
- Utilização de absorventes e fraldas descartáveis;
- Aplicação de sondas que, mecanicamente, drenam a urina da bexiga;
- Uso de equipamentos externos para a coleta da urina;
- Exercícios específicos para reforçar a musculatura pélvica.



Em toda e qualquer situação é indispensável a orientação médica e, em casos de recomendação de exercícios físicos, deve ser realizado acompanhamento por fisioterapeuta.





PROCURE AJUDA

Cuide da sua saúde e busque qualidade de vida. A NotreDame Intermédica está a sua disposição. Conte com a gente!

Responsável pelo conteúdo

Dr. Walter Moschella Júnior

CRM 50275

Cargo: Diretor médico

ANS nº359017

**Adote hábitos saudáveis em seu dia a dia.
Inscreva-se nos programas oferecidos em nossas unidades de Medicina Preventiva - QualiVida.**

Para mais informações sobre nossos programas, acesse: www.gndi.com.br

CENTRAL DE ATENDIMENTO

ABC (11) 4122-8740

São Paulo (11) 3660-1020

Campinas (19) 3741-2211

Jundiaí (11) 4527-6205

Santos (13) 3229-1580

Sorocaba (15) 3212-9370

Rio de Janeiro (21) 2528-8210