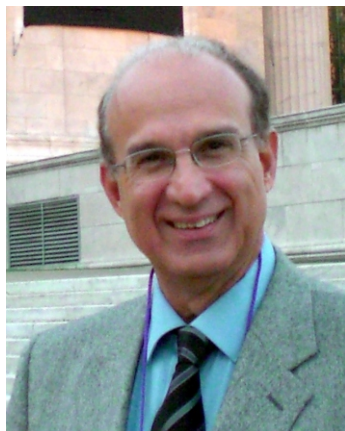


9 - Incontinência Urinária



Dr. Paulo Alcantara

Médico Urologista do Centro Médico Monte Sinai de Ourinhos
Membro Titular da Sociedade Brasileira de Urologia
Membro da Sociedade Americana de Urologia



O que é?

Incontinência urinária por definição da sociedade Internacional de continência, “é a perda involuntária de urina objetivamente demonstrável que represente um problema social ou higiênico”.

Trata-se de um problema complexo, de múltiplas

causas e pode acometer pessoas de ambos os sexos de qualquer idade. Acredita-se que nos Estados Unidos as perdas urinárias acometem 14 milhões de pessoas a um custo indireto de 15 bilhões de dólares.

Quais os tipos de incontinência urinária?

- *Urgência
- *Esforço
- *Inconsciente
- *Contínua
- *Enurese
- *Pós miccional
- *Outras.

Esta classificação serve para homens e mulheres e todas tem em comum a perda urinária, por incapacidade de armazenar a urina ou de esvaziar de maneira correta a bexiga.

Todo o nosso controle miccional é comandado pelo cérebro, que recebe e envia estímulos à bexiga, quando ela se encontra em repleção ou vazia. Distúrbios neurológicos por trauma, doença ou medicamentos podem levar a uma interpretação equivocada pelo cérebro, daí aparecem

do a disfunção. Como o cérebro não sabe mais quando está cheia ou vazia, o ato da micção fica desconexo.

Nos casos de incontinência urinária por alterações de posição da bexiga (queda em mulheres multíparas (muitas gravidezes), existem métodos pouco invasivos que permitem a correção do posicionamento da bexiga e melhora acentuada na perda urinária.



Quais as causas principais da incontinência urinária?

São muitas.

As mais comuns são as de origem neurogênica, obstrutivas, infecciosas, câncer e alterações na arquitetura e posicionamento da bexiga. Existem ainda as causas idiopáticas ou

desconhecidas.

No homem, as incontinências urinárias mais comuns são a enurese noturna, as doenças ou seqüelas de traumas, as paradoxais, inflamatórias, pós cirurgias, etc.

Na mulher as incontinências urinárias em mais de 70% dos casos, são acompanhadas de urgência miccional, ou seja, a necessidade imperiosa e urgente de urinar, caso não o faça, perderá urina involuntariamente.

Como descobrir o tipo de incontinência urinária?

Inicialmente, através de um exame local, algumas vezes com imagem, e quase sempre, com o uso de um equipamento de urodinâmica, que é um sistema, acoplado a um computador com um software que analisa em tempo real as características da micção do indivíduo, por exemplo a força do jato urinário, a resistência à saída da urina e o resíduo (resto de urina) pós micção.

Assim que for diagnosticada

a causa do problema, o tratamento poderá ser instituído.

Pode variar para caso a caso, desde o tratamento somente através de medicamentos, até tratamentos um pouco mais invasivos. Nos dias atuais novos medicamentos tem ajudado muito as pessoas que padecem de incontinência urinária ou de bexiga hiperativa.

Em outras situações, nas quais os medicamentos não sejam indicados, ou contra indicados, o recurso poderá ser a cirurgia.

Também o tratamento cirúrgico evoluiu muito, com técnicas menos invasivas nas quais o paciente submete-se ao tratamento ambulatorialmente, ou por curta permanência hospitalar.

Uma revisão recente dos tratamentos de incontinência urinária realizado em 5 países e apresentado no último congresso da associação americana de urologia, mostrou, que todos os tratamentos para a incontinência urinária,

podem falhar após um período de 10 anos.

Cuidados saudáveis que podem prevenir a incontinência urinária.

Atividade física. Regular e planejada sem excessos, nos casos de mulheres submetidas a cirurgias ginecológicas ou pós parto, evitar exercícios físicos extenuantes por um período mínimo de 45 dias.

Tabagismo. Não existem estudos que associem o hábito de fumar à incontinência urinária, porém como fumantes tosem mais, certamente perderão mais urina por esforço.

Obesidade. Aumenta em 1.6 vezes o risco de incontinência urinária, a cada 5 pontos no índice de massa corporal.

Obstipação intestinal. Pelos mesmos motivos acima, aumento do esforço aumenta a pressão intra abdominal com conseqüente aumento na perda urinária.