



## Efeito do treinamento muscular do assoalho pélvico (TMAP) versus ginástica abdominal hipopressiva (GAH) nos sintomas urinários de mulheres climatéricas: ensaio clínico randomizado

Effect of pelvic floor muscle training (TMAP) versus hypopressive abdominal gymnastics (GAH) on urinary symptoms in climacteric women: a randomized clinical trial

Marina Martins Barbosa Moraes<sup>1</sup>, Diego Vargas da Silva<sup>2</sup>, Dayane Aparecida Moisés<sup>3</sup>, Adélia Lúcio<sup>4</sup>, Rui Malta da Silva Filho<sup>5</sup>, Ana Beatriz Gomes de Souza Pegorare Filho<sup>6</sup>.

<http://www.seer.ufms.br/index.php/pecibes/index>

Autor correspondente:  
Marina Martins  
Barbosa  
Moraes, Universidade  
Federal de Mato  
Grosso do Sul -  
UFMS.E-mail do  
autor:  
inabarbosa0@gmail.com

1 Graduanda do curso de Fisioterapia da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Campo Grande, MS, Brasil.

2 Graduando do curso de Fisioterapia da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul. Campo Grande, MS, Brasil.

3 Fisioterapeuta, Discente do Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

4 PhD, Fisioterapeuta do Ambulatório de Ginecologia do Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (HUMAP/EBSERH) UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

5 Médico do Ambulatório de Ginecologia do Hospital Universitário Maria Aparecida Pedrossian, Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (HUMAP/EBSERH) UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

6 PhD, Docente do Programa de Pós-graduação em Ciências do Movimento da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul - UFMS, Campo Grande, MS, Brasil.

Descritores: Assoalho  
Pélvico. Climatério.  
Modalidades de  
Tratamento.  
Incontinência Urinária.  
Sexualidade.

Key-words: Pelvic  
Floor. Climacteric.  
Treatment  
Modalities. Urinary  
incontinence.  
Sexuality

### Eixo Temático: Atenção Multiprofissional em Atividade física, Reabilitação e Desempenho Físico-Funcional

#### Resumo

O climatério é um período crítico na vida da mulher no qual a média inicial = 2,84 e final = 7,27; o “R” de repetições lentas ocorrem mudanças hormonais que geram disfunções urogenitais. média inicial = 2 e final = 6,8; e o “F” de repetições rápidas a Objetivo: Comparar o impacto GAH versus o TMAP sobre os sintomas urinários de mulheres no climatério. média inicial = 4,53 e final = 8,8. O score médio do questionário sintomas urinários de mulheres no climatério. Métodos: Ensaio clínico ICIQ-SF inicial foi de 14,1 e final = 1,61 (impacto leve). Na avaliação do grupo G2, a força de contração “P” Power dos MAP média = 2,07 e final = 3,63; “E” resistência power a média Parecer: 4.368.501. As mulheres envolvidas no estudo serão avaliadas em dois grupos: G1: TMAP e G2: GAH. A avaliação é realizada pré e pós tratamento, que consiste em palpação vaginal (esquema PERFECT) para ver força de contração. Conclusão: Os resultados preliminares apontam melhora de contração da musculatura do assoalho pélvico (MAP) e significativa nos dois grupos, com maior benefício do TMAP, questionário (ICIQ-SF). Resultados parciais: Até o momento principalmente na resistência, repetições lentas e repetições temos 16 participantes do G1 tratadas e 10 participantes do G2. rápidas, da MAP, em comparação com o GAH em mulheres no No G1 obtivemos na avaliação inicial da força de contração “P” climatério.