

# Incontinência Fecal: influência da reeducação dos músculos do pavimento pélvico

Lopes, I.<sup>1</sup>; Vieira, A. M.<sup>2</sup>; Lopes, A. F.<sup>3</sup>; Santos, B.<sup>4</sup>; Silva, C. F.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> CHUA Portimão - Serviço de Medicina Física e Reabilitação, <sup>2</sup> CHUA Portimão - Serviço de Gastroenterologia, <sup>3</sup> Escola Superior de Saúde do Alcoitão - Departamento Fisioterapia, <sup>4</sup> CHUA Portimão - Serviço de Radiologia)

**Objetivo:** Analisar o efeito de um programa de fisioterapia de reeducação dos músculos do pavimento pélvico, sem recurso a técnicas facilitadoras, em pessoas com incontinência fecal.

Antes n=15  
Índice Wexner  
FIQL  
Defecografia-RM

12 semanas

Depois n=13  
Índice Wexner  
FIQL  
Defecografia-RM

## Intervenção da Fisioterapia

- Utilização de palpação vaginal e/ou retal e informação verbal para avaliação e progressão do treino;
- Incentivo e orientação para a realização de um programa diário de treino domiciliário;
- Fornecimento de estratégias para modificação de comportamentos e novos hábitos a adotar;
- Progressão de treino: aumento de resistência, força, frequência, trabalho concêntrico/excêntrico.

## Resultados

**Período de recrutamento:** julho de 2018 e setembro de 2019

**Amostra:** 15 utentes (2 excluídos)

**Idade média:** 64 ± 11,25 (37 – 83).

	Antes Intervenção	Depois Intervenção	p
<b>Índice Wexner</b>	10,92 ± 2,98	5,46 ± 2,90	0,000
<b>FIQL</b>			
<b>Estilo Vida</b>	3,19 ± 0,78	3,71 ± 0,49	0,003
<b>Comportamento</b>	2,06 ± 0,89	3,04 ± 0,69	0,000
<b>Depressão</b>	2,87 ± 0,85	3,49 ± 0,56	0,000
<b>Constrangimento</b>	1,98 ± 0,91	2,81 ± 0,66	0,002
<b>Defeco - RM</b>			
<b>Linha M - Repouso</b>	1,87 ± 0,76	1,34 ± 0,64	0,012
<b>Retocelo - Dejeção</b>	1,76 ± 1,12	1,35 ± 0,92	0,008

## Conclusões

**Redução muito significativa** na severidade dos sintomas (Índice Wexner).

**Aumento significativo** na Qualidade de Vida (nas quatro dimensões da FIQL).

Melhoria do posicionamento do pavimento pélvico em repouso e diminuição do retocelo na fase de dejeção (Defeco-RM).

