

FISIOTERAPIA PÉLVICA

A Fisioterapia Pélvica é uma técnica utilizada no tratamento de diversos tipos de disfunções miccionais, anorretais e sexuais. Foi inicialmente descrita em 1948 pelo médico Ginecologista Arnold Kegel, que preconizava a realização de exercícios de fortalecimento dos músculos do **assoalho pélvico** (também conhecido como exercícios de KEGEL) como forma de prevenir a incontinência urinária e prolapso genitais (queda da bexiga, útero).

Embora a técnica de Kegel fosse um sucesso e adotado por outros autores, gradualmente foi esquecida e deu lugar às técnicas cirúrgicas que se tornaram cada vez mais eficazes na correção da incontinência urinária. Somente na década de 1980 o interesse pela recuperação funcional do assoalho pélvico ganhou relevância.

Em 1992, a Sociedade Internacional de Continência (ICS) validou cientificamente as técnicas de reabilitação do assoalho pélvico como forma de tratamento nas disfunções miccionais.

Em 1999, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda a assistência fisioterapêutica em pacientes com incontinência urinária ou prolapso de primeiro grau, como primeira opção de tratamento. A técnica da reabilitação perineal vem sendo utilizada em vários países desde 1980, enquanto no Brasil começaram a surgir profissionais especializados a partir dos anos 90.

É importante lembrar que o assoalho pélvico é formado por um conjunto de músculos que tem como função dar sustentação aos órgãos pélvicos. A perda desta função (disfunção) pode acarretar alterações miccionais, fecais e sexuais, acometendo homens e mulheres em qualquer faixa etária. Diversos estudos comprovam a eficácia da **Fisioterapia Pélvica** para tratar, prevenir e ou minimizar os problemas recorrentes a incapacidade funcional destes músculos. Além disso, a Fisioterapia pélvica não apresenta efeitos colaterais e não limita o paciente de outros tratamentos futuros que possam vir a ser necessários. Mais do que isso, sua associação com outras modalidades terapêuticas é muito benéfica.