

INCONTINÊNCIA URINÁRIA (perda de urina)

Esse sintoma é experimentado por milhões de pessoas, homens e mulheres, sendo mais comum nas mulheres. A frequência aumenta com a idade, chegando a 50% das mulheres após os 65-70 anos. Esta queixa deve ser devidamente avaliada quando sua frequência e intensidade interfere com a vida pessoal, transformando-se em um problema social e higiênico.

Existem vários tipos e causas de incontinência urinária (IU), mas de fácil tratamento e resolução definitiva e outras mais complexas que demandam acompanhamento constante. Cada caso dependerá do sexo, idade, estado físico e mental e do tipo de incontinência urinária. É fundamental ter em mente que, contrariamente a que ouvimos constantemente, a IU NÃO faz parte do envelhecimento natural do organismo, apenas há um número maior de pacientes na terceira idade e, se adequadamente tratadas, apresentam cura ou melhora significativa na maioria dos casos.

A popularmente conhecida “bexiga caída” é apenas uma das causas de perda de urina que acontece no momento que se realiza um esforço, seja tosse, espirro, exercício físico, ato de levantar-se, descer do ônibus, etc. Outra causa bastante comum de IU, porém bem menos famosa, é a chamada Incontinência por Urgência, onde o problema resume-se a uma contração involuntária da bexiga e, quando isto acontece, o nosso cérebro interpreta como uma vontade muito forte e repentina de urinar, muitas vezes nem dando tempo para se chegar ao banheiro. Às vezes, esta vontade incontrolável pode acontecer logo após realizar um esforço, ou seja, é desencadeado por esforço, mas os exames revelam que é um caso de IU por Urgência, o que vai mudar completamente o tratamento. Outras vezes, este tipo de perda de urina é desencadeado por reflexo, como ouvir a água da torneira correndo ou simplesmente ao chegar em casa! Existe também a Incontinência Mista (tem componente de esforço e de urgência), a Incontinência por Transbordamento (quando a bexiga fica permanentemente cheia e cada nova gota de urina que chega à bexiga produz o transbordamento para a uretra), a Incontinência Funcional (limitações de mobilidade e destreza), a Incontinência por Fístula (a urina se perde por uma comunicação anômala entre as vias urinárias e outros órgãos pélvicos), Enurese Noturna (durante o sono) e Micção Imprópria (a pessoa perde a noção do uso apropriado do toalete).

A investigação, muitas vezes se restringe a uma detalhada entrevista para se saber em que caso se situa a perda de urina do paciente e um exame de urina. Outras vezes é necessário exames um pouco mais complexos.

Após conferirmos a lista das diferentes causas de perda de urina, podemos compreender que o tratamento também não é único: treinamento vesical, controle da ingestão de líquidos, manejo intestinal, tratamento do odor, cuidados com a pele, vestuário, fisioterapia, medicamentos e cirurgia ajudam a elevar a qualidade de vida daquele que sofre da Incontinência Urinária.