

PATROCÍNIO



busca...

Viver Bem / Saúde e Bem-Estar / Mais idade / O que causa prolapso genital?

PUBLICIDADE

mais idade

O que causa prolapso genital?

Conheça as causas e formas de tratamento para o prolapso genital



Muitas gestações de parto normal, idade avançada, obesidade, tosse crônica e genética são alguns dos principais fatores de risco para o prolapso genital. A musculatura do assoalho pélvico não se mantém igual toda a vida, e o enfraquecimento dos músculos prejudica a sustentação dos órgãos internos, que podem descer pelo hiato da vagina. Bexiga, útero e até mesmo o intestino “caem”, e o principal tratamento é a cirurgia, aliada a exercícios de fortalecimento da região.

AMANDA MILLÉO

alterado em: 24 de março de 2016

FALE CONOSCO

COMUNIQUE ERROS

COMPARTILHE



Receba nossas notícias por e-mail

Inscreva-se em nossas newsletters e leia em seu e-mail os conteúdos de que você mais gosta. É fácil e grátis.

QUERO RECEBER

30% das mulheres

Uma em cada três mulheres não sabe fazer os exercícios de reabilitação do assoalho pélvico de forma correta, o conhecido segura/solta o xixi. Para evitar complicações, inclusive de aplicar uma força contrária ao objetivo, é indicado buscar um fisioterapeuta especialista.

PUBLICIDADE



Sensação de uma bola

Há vários graus de prolapso, desde o primeiro, que é mais leve e com poucos sintomas, ao grau dois e três, cujo tratamento é cirúrgico. Nestes casos, os sintomas atrapalham a qualidade de vida das mulheres, que reclamam de sentirem como se houvesse uma pequena bola na vagina, vontade constante ou dificuldade de urinar, dor pélvica e até mesmo constipação, quando o intestino desce pelo canal vaginal.

Infecção

Sentir os sintomas e não tratar gera um risco de complicações. O prolapso da bexiga, por exemplo, causa um esvaziamento inadequado da urina, gerando infecções de repetição. No caso do intestino, o prolapso aumenta a dificuldade para evacuar. Quando o órgão fica para fora do corpo, ele pode entrar em contato com a roupa da pessoa e formar feridas.

LEIA TAMBÉM

[<<< Veja como funciona a fisioterapia pélvica >>>](#)

[<<< Mitos e verdades sobre o câncer >>>](#)

Fator menopausa

Com a queda da produção do hormônio estrogênio durante a menopausa, reduz também a manutenção dos órgãos internos e a saúde do assoalho pélvico, aumentando o risco de prolapso. A idade, portanto, é um dos fatores importantes para o desenvolvimento da condição.

Genético

Se a avó teve histórico de prolapso genital, o risco de a mãe e a filha terem também é grande, visto que as características dos músculos das mulheres sofrem influência genética. Da mesma forma, ter muitas gestações e partos vaginais, especialmente quando é feito a episiotomia, o corte na região do períneo para ampliar o canal vaginal, são pontos negativos para a condição. Mulheres que carregam muito peso também têm mais risco de desenvolver o prolapso.

Fortaleça!

Embora seja uma condição com muitos fatores de risco, é possível prevenir o prolapso através dos exercícios de reabilitação do assoalho pélvico. São os conhecidos movimentos de Kegel, ou de segurar/soltar o xixi. Podem ser feitos em casa, mas a recomendação é que, primeiro, busque um fisioterapeuta especializado no assunto para aprender os movimentos de forma correta. Se fizer de uma maneira inadequada, pode até mesmo piorar a condição.

Cirurgia

Quando o prolapso é de um grau que não pode ser revertido com exercícios de reabilitação do assoalho pélvico, a solução é cirúrgica, que colocará os órgãos de volta ao lugar. Porém, manter os resultados da cirurgia vai depender da pessoa, e dos exercícios indicados pelo fisioterapeuta.

Fontes: Carlos Bellucci, chefe do departamento de Urologia Feminina da Sociedade Brasileira de Urologia; Raquel Jácomo, fisioterapeuta responsável pelo Serviço de Fisioterapia Uroginecológica do Hospital Universitário de Brasília e preceptora do estágio supervisionado do curso de graduação de fisioterapia da Universidade de Brasília.