

# Xixi com HORA CERTA

Se a torneirinha anda aberta em momentos inoportunos, é preciso vasculhar o que há de errado e ordenar um reparo o quanto antes. Um trabalho finalista do V Prêmio SAÚDE! propõe um conserto simples, indolor e eficaz para a incontinência urinária na infância

por **DIOGO SPONCHIATO**  
design **PILKER**  
ilustrações **SATTU**

As fraldas foram aposentadas há algum tempo. A mãe já não visita mais as manhãs. A criança está prestes a ser alfabetizada. Tudo perfeito, se não fossem as calças frequentemente molhadas. Pois é, dentro de casa ou na escola, a urina insiste em dar aquela escapulida. Longe de pedir uma bronca dos pais, a situação exige um olhar atento e a ajuda de um médico. Episódios recorrentes de xixi fora de hora são a mais pura manifestação de um problema que pode arrasar a autoestima do pequeno: a incontinência urinária. Felizmente, uma nova técnica testada e aprovada em solo nacional promete interromper o distúrbio sem cobrar nem um pingão de sofrimento.

O estudo que avaliou seu potencial, assinado pelo urologista pediátrico Ubirajara Barroso Júnior e pela fisioterapeuta Patrícia Lordêlo, professores da Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, foi um dos três finalistas da categoria Saúde da Criança da mais recente edição do Prêmio SAÚDE!. Ao lançar mão de um método chamado

eletroterapia parassacral, eles conseguiram uma taxa de cura de 63%, além de melhoras significativas em quase toda a garotada submetida ao procedimento.

“Acredita-se que boa parte das crianças com incontinência urinária apresenta uma imaturidade em uma área do cérebro que coordena a micção”, explica Barroso Júnior. A eletroterapia visa acelerar essa maturação, bem como a remissão do distúrbio. “Posicionamos dois eletrodos acima das nádegas do paciente e a corrente elétrica emitida ali estimula os nervos da bexiga, que enviam uma mensagem à região da massa cinzenta responsável pelo controle

da urina”, conta o médico. Isso permite realinhar a comunicação da cachola com a bexiga, que deixa de se esvaziar na hora errada (*entenda o tratamento virando a página*). A eletroterapia requer 20 sessões, distribuídas três vezes por semana. “Entre as vantagens, estão o baixo custo e a ausência de efeitos colaterais”, aponta Patrícia. “A criança sente apenas um formigamento. Já tivemos um paciente que até dormiu em meio ao procedimento”, diz Barroso Júnior. »

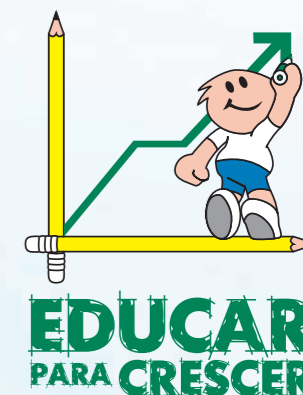
**Cerca de 10% das crianças acima de 5 anos apresentam incontinência urinária. Antes dessa idade, 70% dos pequenos têm algum grau de disfunção miccional**

## POR QUE A URINA ESCAPA

É normal uma criança molhar o pijama ou o uniforme vez ou outra. A incontinência existe, de fato, quando os escapes são recorrentes. “Ela pode ser causada por uma alteração neurológica ou anatômica, como um estreitamento do canal

por onde a urina sai”, diz o urologista Ubirajara Barroso Júnior. Ou, o que acontece na maioria dos casos, a comunicação do cérebro com a bexiga é falha e esse órgão se contrai involuntariamente. Aliás, incontinência não é a mesma coisa que

a enurese noturna — o famoso xixi na cama. “Nessa condição, a criança não desperta quando a bexiga está cheia e acaba urinando”, diz o cirurgião urológico Carlo Passeroti, do Hospital Alemão Oswaldo Cruz, em São Paulo.



A eletroterapia parassacral, técnica que rendeu a indicação de finalista do V Prêmio SAÚDE! a especialistas baianos, conseguiu curar 63% das crianças com incontinência urinária. Os remédios só resolvem 30% dos casos

A eletroterapia também dá um banho no tratamento à base de medicamentos que relaxam a bexiga. “Nesse caso, a taxa de cura é de apenas 30%, sem contar os efeitos adversos, como boca seca e rubor facial”, compara Barroso Júnior. É claro que os especialistas precisam avaliar a criança para saber se ela é candidata ao método. E aqui entramos em uma questão fundamental quando se fala em incontinência: o diagnóstico. Diante das escapadas de urina constantes, de nada adianta a repreensão dos pais, acreditando em uma simples birra. “A criança não sabe se expressar. Ela não vai pedir que a levem ao médico”, observa o urologista.

Primeiro é necessário investigar se há um problema neurológico ou anatômico. “Afastadas essas condições, precisamos rastrear o que atrapalha o funcionamento da bexiga”, avalia Vera Koch, chefe da Unidade de Nefrologia do Instituto da Criança do Hospital das Clínicas de São Paulo. Há crianças que, abandonadas as fraldas entre os 2 e os 3 anos, demoram muito para distinguir o momento propício para urinar. Outras seguram demais o xixi em meio a uma brincadeira e, quando menos se espera, deixam a calça molhada. “A ansiedade

e as situações de trauma também contribuem com a incontinência. Por isso, há casos que pedem o apoio psicológico”, afirma Vera. A constipação intestinal também pode ser a gota d’água — as fezes acumuladas no reto chegam a pressionar a bexiga, que aperta em momentos indesejados.

Identificar o distúrbio o quanto antes também é a chave para prevenir complicações, como infecções urinárias e danos aos rins. O diagnóstico é feito por exclusão. “Podemos solicitar exames de imagem e um método que avalia a musculatura da bexiga, o estudo urodinâmico”, diz Carlo Passeroti. “Além disso, recomendamos um diário miccional, em que os pais e a criança podem anotar, por exemplo, com que frequência ela vai ao banheiro”, completa o médico. Detectado o descompasso, há várias estratégias para corrigi-lo, com destaque para a fisioterapia. “Utilizamos uma técnica, o biofeedback, que ensina o pequeno a contrair e relaxar corretamente a bexiga”, explica Patrícia. Com o auxílio de quem entende do riscado, a torneirinha só irá abrir na hora certa.

[www.educarparacrescer.com.br](http://www.educarparacrescer.com.br)

### NO QUE PRESTAR ATENÇÃO

- » Verifique se a criança urina, em média, de três em três horas — de cinco a sete vezes por dia.
- » Repare se ela segura por muito tempo a urina ou se fica se contorcendo e colocando as mãos na genitália quando tem vontade de fazer xixi.
- » Fique de olho em que situações ela molha a calça ou o pijama.
- » Veja qual a posição em que ela se senta no vaso (as meninas que se aprofundam na

- privada, por exemplo, contraem demais o abdômen e não esvaziam a bexiga direito).
- » Apure se a criança vai ao banheiro na escola e a incentive a fazer xixi fora de casa — a timidez é inimiga da bexiga.
- » Averigue se o jato de urina é fraco ou forte e se há algum incômodo ao urinar.
- » Avalie o comportamento do pequeno: ele é ansioso? É hiperativo? Passou por algum estresse intenso? Essas situações fomentam a incontinência.

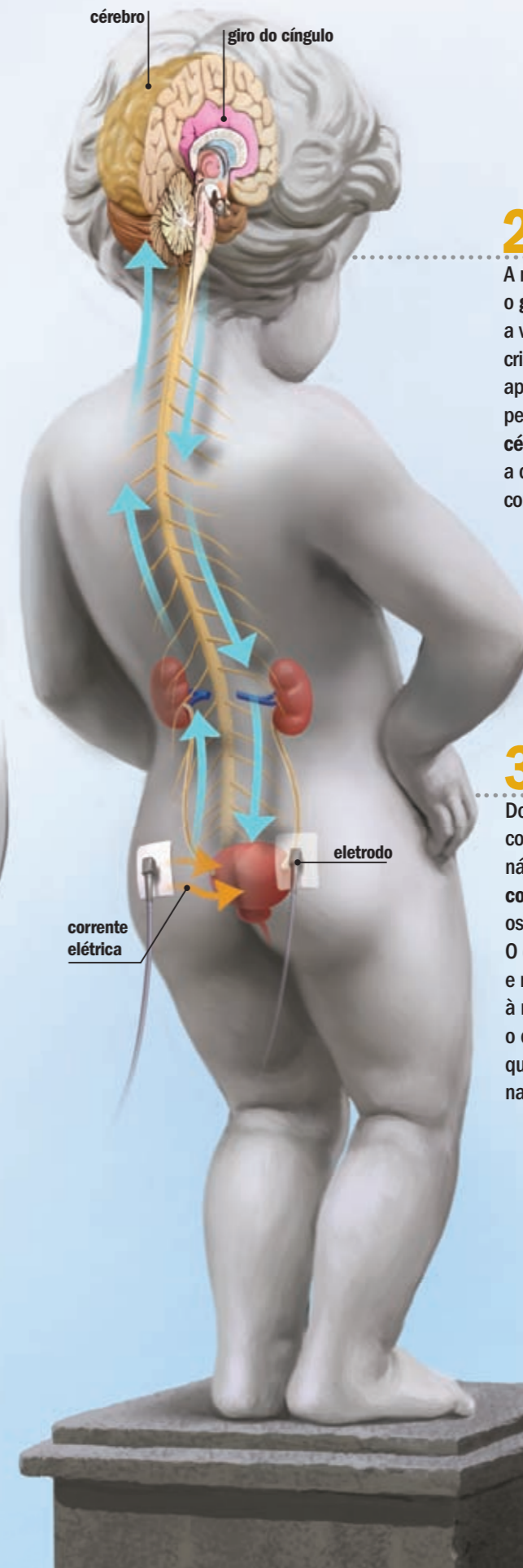
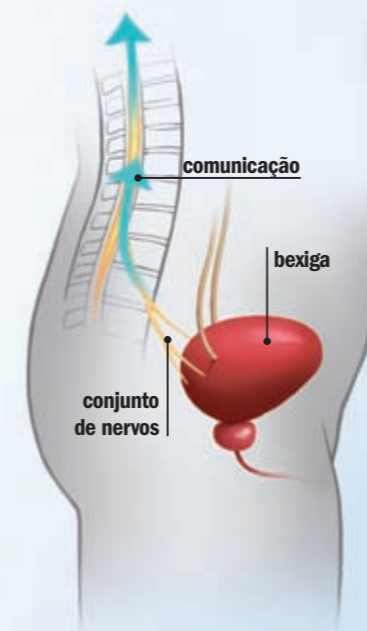
INFOGRÁFICO: PILKER E SATTU

## ELETRICIDADE A FAVOR DA BEXIGA

Entenda como a eletroterapia interrompe a incontinência urinária

### 1 A CAIXA D'ÁGUA

A bexiga é o órgão responsável pelo armazenamento da urina. Quando está cheia, se contrai para mandar o xixi embora. Ela é conectada a um conjunto de nervos, que a mantém em comunicação direta com o cérebro.



### 2 MENSAGEM LÁ DE CIMA

A massa cinzenta tem uma área, o giro do cíngulo, que rege a vontade de urinar. Muitas crianças com incontinência apresentam um sistema urinário perfeito, mas essa região do cérebro não está amadurecida a contento, prejudicando a comunicação com a bexiga.

### 3 O CONCERTO

Dois eletrodos são colocados acima das nádegas da criança e uma corrente elétrica aciona os nervos da bexiga. O estímulo viaja ao cérebro e reorganiza as áreas ligadas à micção. Isso melhora o diálogo com a bexiga, que deixará de se contrair na hora errada. 🎵