

INFECÇÕES URINÁRIAS RECORRENTES EM MULHERES

Luciano Scher Fernandes¹



<https://doi.org/10.36557/2674-9432.2026v5n1p399-416>

Artigo recebido em 21 de Novembro e publicado em 21 de Janeiro de 2026

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

As infecções do trato urinário recorrentes em mulheres representam um problema de saúde pública significativo, impactando diretamente a qualidade de vida das pacientes e gerando custos elevados ao sistema de saúde. A condição é favorecida por fatores anatômicos, hormonais e comportamentais, sendo comum em diferentes faixas etárias e frequentemente associada à resistência antimicrobiana. Este estudo teve como objetivo analisar os principais aspectos clínicos e psicossociais relacionados às infecções urinárias recorrentes em mulheres, bem como identificar fatores de risco, estratégias terapêuticas e medidas preventivas eficazes. A hipótese central considerou que uma abordagem integrada, envolvendo diagnóstico precoce, educação em saúde, uso racional de antibióticos e intervenções complementares, pode reduzir significativamente a incidência das infecções e melhorar o bem-estar das pacientes. A metodologia adotada consistiu em uma revisão integrativa da literatura, com análise crítica de artigos publicados entre 2023 e 2025, abordando os principais agentes etiológicos, os impactos físicos e emocionais e as alternativas terapêuticas atuais. Os resultados evidenciaram que a *Escherichia coli* continua sendo o agente mais prevalente, com maior incidência entre mulheres jovens e idosas. As consequências vão além dos sintomas físicos, afetando a saúde mental, a vida sexual e o convívio social. Intervenções como fisioterapia pélvica, uso de probióticos, práticas educativas e adesão a protocolos clínicos demonstraram eficácia na redução das recidivas. Conclui-se que a atuação interdisciplinar e humanizada é essencial para o enfrentamento desse problema, promovendo não apenas o alívio sintomático, mas também a autonomia e a qualidade de vida das mulheres afetadas.

Palavras-chave: infecção urinária recorrente; saúde da mulher; qualidade de vida.

¹ Urologista formado pelo Hospital Ipiranga – São Paulo, SP. Email: scherluciano@yahoo.com.br



ABSTRACT

Recurrent urinary tract infections in women represent a significant public health problem, directly affecting patients' quality of life and generating high costs for the healthcare system. This condition is favored by anatomical, hormonal, and behavioral factors, being common across different age groups and often associated with antimicrobial resistance. This study aimed to analyze the main clinical and psychosocial aspects of recurrent urinary tract infections in women, as well as to identify risk factors, therapeutic strategies, and effective preventive measures. The central hypothesis considered that an integrated approach involving early diagnosis, health education, rational use of antibiotics, and complementary interventions can significantly reduce the incidence of infections and improve patients' well-being. The adopted methodology consisted of an integrative literature review, with a critical analysis of articles published between 2023 and 2025, addressing the main etiological agents, physical and emotional impacts, and current therapeutic alternatives. The results showed that *Escherichia coli* remains the most prevalent agent, with higher incidence among young and elderly women. The consequences go beyond physical symptoms, affecting mental health, sexual life, and social interactions. Interventions such as pelvic physiotherapy, use of probiotics, educational practices, and adherence to clinical protocols proved effective in reducing recurrence. It is concluded that interdisciplinary and humanized care is essential to face this issue, promoting not only symptom relief but also autonomy and quality of life for affected women.

Keywords: recurrent urinary tract infection; women's health; quality of life.

1. INTRODUÇÃO

As infecções do trato urinário (ITUs) representam uma das principais queixas clínicas entre mulheres, sendo caracterizadas por episódios recorrentes que comprometem tanto o bem-estar físico quanto emocional. Sua elevada prevalência está associada a características anatômicas da mulher, como a curta extensão da uretra e sua proximidade com a região perianal, facilitando a colonização por bactérias uropatogênicas. Além disso, fatores hormonais, comportamentais e imunológicos influenciam diretamente na suscetibilidade e na recorrência desses quadros, tornando-se um problema de saúde pública. Os autores Lourenção *et al.* (2024) ressaltam que cerca de metade das mulheres que apresentam um episódio de ITU podem desenvolver recorrência em um período de até um ano.

A complexidade clínica das ITUs de repetição exige não apenas o tratamento do episódio agudo, mas uma abordagem preventiva contínua e educativa. Camacho *et al.* (2023) destacam que hábitos cotidianos, como higiene inadequada, uso indiscriminado de antibióticos e ausência de orientação profissional, agravam o risco de infecção. Nesse contexto, levanta-se a hipótese de que o uso integrado de medidas preventivas (higiene íntima, probióticos, ingestão hídrica e orientação profissional), associado ao tratamento medicamentoso racional, pode reduzir significativamente a incidência de recorrência e melhorar a qualidade de vida das mulheres afetadas. Além disso, os impactos emocionais, sociais e sexuais decorrentes das infecções recorrentes indicam a necessidade de um olhar ampliado para a saúde feminina.

A relevância deste estudo reside na magnitude da condição e em seus efeitos sobre a rotina das mulheres, muitas vezes invisibilizados na prática clínica. A recorrência de sintomas como disúria, urgência miccional e dor pélvica interfere diretamente no desempenho social, laboral e nas relações interpessoais. Teles (2023) observa que essa condição pode inclusive comprometer o estado emocional da paciente, levando à ansiedade, frustração e baixa autoestima. Assim, a investigação deste tema justifica-se pela necessidade de compreender melhor as causas, as consequências e as possibilidades terapêuticas frente às ITUs recorrentes, promovendo cuidados mais humanizados e resolutivos.

Dessa forma, este estudo tem como objetivo geral analisar os aspectos clínicos, fatores de risco e os impactos psicossociais das infecções urinárias recorrentes em mulheres. Como

objetivos específicos, busca-se: identificar os principais fatores associados à recorrência; compreender os efeitos emocionais e sociais decorrentes das ITUs; discutir estratégias terapêuticas e preventivas eficazes; e propor medidas integradas de cuidado que melhorem a qualidade de vida e reduzam a reincidência desses episódios.

A seleção dos estudos foi realizada nas bases de dados Scielo, PubMed e Google Scholar, utilizando como descritores os termos combinados: infecção urinária recorrente, saúde da mulher, tratamento e qualidade de vida. Foram incluídos artigos publicados em português, espanhol ou inglês, entre os anos de 2023 e 2025, que abordassem especificamente infecções do trato urinário em mulheres, com ênfase em fatores de risco, abordagens terapêuticas e implicações psicossociais.

Foram excluídos os estudos duplicados, trabalhos com enfoque exclusivo em populações pediátricas ou masculinas e publicações que não apresentavam metodologia clara. A triagem dos artigos foi feita com base na leitura dos títulos, resumos e, posteriormente, na análise integral dos textos selecionados, garantindo a relevância científica e a aderência ao tema proposto.

2. REFERENCIAL TEORICO

2.1 Aspectos Clínicos e Epidemiológicos das Infecções Urinárias em Mulheres

Os autores Garcia Lourenção *et al.* (2024) ressaltam que as infecções do trato urinário (ITUs) são uma das condições infecciosas mais prevalentes entre mulheres, impulsionadas por fatores anatômicos e fisiológicos específicos. A uretra feminina, mais curta e próxima ao ânus e à vagina, facilita a ascensão de microrganismos patogênicos. Essas características, somadas às alterações hormonais ao longo da vida, especialmente na menopausa, favorecem a instalação de infecções. A queda do estrogênio nessa fase reduz a espessura do epitélio urogenital, comprometendo a barreira natural contra patógenos. Assim, mulheres em diferentes fases da vida tornam-se suscetíveis às ITUs, com maior prevalência nos extremos da idade reprodutiva.

A faixa etária mais acometida por infecções urinárias recorrentes está entre 18 e 87 anos, com média de 41,6 anos, abrangendo mulheres jovens e idosas. Aproximadamente uma em cada três mulheres terá ao menos um episódio de ITU durante a vida, sendo que até 50% poderão apresentar recorrências. Esse quadro gera impacto significativo tanto na saúde

individual quanto no sistema de saúde, com aumento de consultas, exames e uso de antibióticos. Além disso, as consequências sociais, como perda de produtividade e desconforto recorrente, tornam essas infecções um problema de saúde pública. A recorrência, portanto, representa um desafio clínico e econômico expressivo (Lourenção *et al.*, 2024).

Os autores Camacho *et al.* (2023) abordam que as ITUs acometem majoritariamente mulheres em idade reprodutiva, sendo fortemente associadas à anatomia do trato urinário feminino. A uretra curta e sua proximidade com a região perianal favorecem a entrada de bactérias, especialmente a *Escherichia coli*, principal agente etiológico. Além dos fatores anatômicos, hábitos de higiene íntima inadequada, uso de produtos irritantes e atividade sexual frequente também elevam o risco. Essa predisposição anatômico-comportamental torna as mulheres mais vulneráveis às infecções, sendo a ITU uma das causas mais comuns de atendimentos ginecológicos e clínicos.

Camacho *et al.* (2023) argumentam que a prevalência de ITUs é maior entre mulheres de 16 a 35 anos, fase marcada por fatores hormonais e comportamentais que aumentam a suscetibilidade. Estima-se que entre 40% a 60% das mulheres terão pelo menos um episódio de ITU ao longo da vida, e metade dessas poderá desenvolver recorrência. Em idosas, a prevalência se mantém elevada devido a condições como incontinência urinária e prolapso pélvico. Durante a gestação, a bacteriúria assintomática também merece atenção, pois pode gerar complicações se não for tratada. Esses dados reforçam a necessidade de estratégias preventivas eficazes para diferentes perfis populacionais femininos.

Para Teles (2023), as ITUs constituem um desafio clínico recorrente na saúde da mulher, em razão de aspectos anatômicos e fisiológicos que favorecem a contaminação do trato urinário. A uretra curta e a proximidade com o ânus facilitam a migração de bactérias, principalmente a *E. coli*. A redução da população de lactobacilos vaginais, comum na menopausa, diminui a acidez e a defesa local. Além disso, variações hormonais durante a vida reprodutiva e na pós-menopausa afetam diretamente a imunidade da mucosa urogenital. Esses fatores criam um ambiente propício à infecção e dificultam a prevenção em mulheres de diferentes faixas etárias.

As ITUs acometem principalmente mulheres entre 15 e 24 anos, e após os 65 anos, refletindo influência hormonal, comportamental e estrutural. Estima-se que até metade das

mulheres terá ao menos um episódio de infecção urinária, sendo que 30% apresentarão recorrência em até um ano. Estudo com 1.445 amostras apontou que 70% das infecções ocorreram em mulheres não gestantes, com média de idade de 44 anos. Essa prevalência reforça a importância do tema, sobretudo entre adultas sexualmente ativas. Diante disso, políticas de saúde e estratégias educativas devem ser fortalecidas para reduzir a incidência e os impactos dessas infecções (Teles, 2023).

2.2 Causas, Fatores de Risco e Mecanismos das Recorrências

Os autores Miranda *et al.* (2023) apontam que as infecções do trato urinário recorrentes em mulheres possuem alta prevalência, com destaque para a *Escherichia coli*, responsável por cerca de 75% dos casos não complicados e 65% dos complicados. Essa bactéria apresenta elevada capacidade de aderência à mucosa urogenital, formação de biofilmes e produção de toxinas, o que favorece sua permanência e reativação. A resistência antimicrobiana agrava o quadro, tornando as infecções persistentes e difíceis de erradicar. Outros patógenos como *Enterococcus faecalis* e *Klebsiella pneumoniae* também têm papel importante, especialmente em ambientes hospitalares ou em pacientes com uso prolongado de cateteres urinários.

Miranda *et al.* (2023) também ressaltam que os fatores de risco para recorrência variam de acordo com a faixa etária feminina. Em mulheres jovens, destacam-se o início precoce da vida sexual, uso de espermicidas, histórico familiar de ITUs e padrões miccionais inadequados. Já em mulheres pós-menopáusicas, a queda nos níveis de estrogênio altera a microbiota vaginal e favorece a colonização patogênica. Fatores anatômicos como cistocele e incontinência, e condições clínicas como diabetes ou imunossupressão, também aumentam a susceptibilidade. Tais elementos reforçam a necessidade de abordagens específicas para cada grupo etário.

Os autores Soncim *et al.* (2024) exemplificam que a recorrência das infecções urinárias compromete significativamente a qualidade de vida das mulheres, sobretudo daquelas com incontinência urinária associada. A *Escherichia coli*, originária da flora intestinal, continua sendo o principal agente envolvido, encontrando facilidade de ascensão pela anatomia feminina. Sua presença constante na bexiga desencadeia respostas inflamatórias que prejudicam o funcionamento do músculo detrusor. Isso resulta em sintomas como urgência e

frequência urinária, agravando ainda mais o quadro clínico das pacientes, especialmente em idosas e mulheres com disfunções pélvicas.

Diversos fatores hormonais, anatômicos e comportamentais influenciam o risco de recorrência. A atrofia vaginal na menopausa, a redução dos lactobacilos e o aumento do pH favorecem o crescimento bacteriano. Comportamentos como sedentarismo, tabagismo, múltiplos partos e práticas higiênicas inadequadas também são relevantes. Tais condições debilitam as barreiras naturais de defesa do trato urinário e criam um ciclo vicioso de infecção e reinfecção. A multiplicidade de fatores exige uma abordagem integral, considerando não só o patógeno, mas também o contexto clínico da mulher (Soncim *et al.*, 2024).

O Departamento Científico de Nefrologia (2023) informa que as ITUs recorrentes também afetam crianças e adolescentes, sendo a *Escherichia coli* o principal agente etiológico. Malformações como refluxo vesicoureteral, válvulas de uretra posterior e megaureter estão entre os fatores estruturais mais relevantes. Já em idades mais avançadas, disfunções vesicais e intestinais se tornam predominantes. Essas condições facilitam a estase urinária e a proliferação bacteriana, criando um ambiente propício à reinfecção. A vigilância precoce desses fatores é essencial para a prevenção de danos renais progressivos.

Na perspectiva do Departamento Científico de Nefrologia (2023) fatores comportamentais e hormonais também contribuem para a recorrência. Baixa ingestão de líquidos, retenção urinária voluntária e constipação são comuns em crianças e adolescentes e favorecem a permanência de bactérias no trato urinário. O início da vida sexual, nas adolescentes, aumenta o risco de cistite. A imaturidade imunológica também dificulta a eliminação eficaz dos patógenos. Esses fatores, combinados, exigem uma conduta clínica cuidadosa, com diagnóstico precoce, educação dos cuidadores e escolha criteriosa do tratamento, especialmente em casos de resistência antimicrobiana.

2.3 Estratégias de Prevenção e Abordagens Terapêuticas Atuais

As autoras Silva e Oliveira (2024) observam que a elevada prevalência das infecções urinárias em mulheres está fortemente ligada a fatores anatômicos e comportamentais, sendo ainda mais agravada em ambientes hospitalares. A prevenção eficaz requer mudanças de hábitos, como higiene íntima adequada, uso racional de cateteres e ações educativas

lideradas pela equipe de enfermagem. A higienização correta da região perineal, o aumento da ingestão hídrica e a orientação sobre práticas sexuais seguras são medidas centrais para evitar a colonização bacteriana. Ainda que a imunoprofilaxia careça de evidências robustas, práticas cotidianas simples têm se mostrado eficazes na prevenção. O papel da enfermagem, nesse contexto, é essencial para a educação em saúde e adesão às medidas preventivas.

O tratamento das ITUs em mulheres deve envolver uma abordagem integrada, aliando o uso racional de antibióticos e estratégias não farmacológicas. Fármacos como amoxicilina, ciprofloxacino, norfloxacino e cefalexina são escolhidos conforme o perfil de sensibilidade do patógeno. A resistência bacteriana, intensificada pela automedicação e interrupção do tratamento, torna fundamental a adesão terapêutica orientada. Entre as medidas não medicamentosas, destacam-se o aumento da frequência miccional, uso de fitoterápicos como o chá de aroeira e cuidados de autocuidado. Embora essas ações não substituam a antibioticoterapia, atuam na redução dos sintomas e na prevenção de recorrências (Silva e Oliveira, 2024).

Os autores Rozante *et al.* (2025) abordam que a prevenção das infecções urinárias em ambiente hospitalar depende de medidas padronizadas e contínuas, especialmente para pacientes com dispositivos invasivos como a sonda vesical de demora. Práticas como a higienização correta das mãos, uso adequado de EPIs e aplicação de técnicas assépticas são fundamentais para evitar contaminações. A equipe de enfermagem deve ainda incentivar a hidratação e reavaliar constantemente a necessidade do cateter. A implementação rigorosa dessas ações reduz significativamente a taxa de infecções. A vigilância ativa e a educação dos profissionais são ferramentas indispensáveis para assegurar a segurança assistencial.

Rozante *et al.* (2025) também informam que, além do tratamento antibiótico, é imprescindível considerar fatores predisponentes nos casos recorrentes. A simples prescrição de medicamentos pode não ser suficiente, sendo necessário adotar abordagens educativas voltadas à higiene íntima e manejo da SVD. A diversidade de microrganismos, a formação de biofilmes em cateteres e a resistência bacteriana dificultam o sucesso terapêutico. Por isso, a realização de urocultura e antibiograma deve guiar o tratamento. A constante atualização de protocolos clínicos baseados em evidências contribui para tratamentos mais eficazes e seguros, promovendo melhores desfechos clínicos nas unidades de saúde.

Medidas preventivas voltadas à incontinência urinária feminina, frequentemente associada às ITUs, são fundamentais para preservar a qualidade de vida das mulheres. Estratégias como a prática de exercícios físicos, o controle do peso e o abandono do tabagismo contribuem para a integridade da musculatura do assoalho pélvico. A orientação nutricional e a ingestão hídrica adequada também se mostram eficazes na prevenção. Em casos de infecções recorrentes, a profilaxia imunológica pode ser considerada como recurso complementar. A abordagem preventiva deve ser integrada e contar com a atuação de equipes multiprofissionais (Nascimento *et al.*, 2024).

Os autores Nascimento *et al.* (2024) ressaltam que o tratamento da incontinência pode ser farmacológico ou não farmacológico, sendo este último valorizado especialmente nas fases iniciais. A fisioterapia pélvica e os exercícios hipopressivos são alternativas eficazes para o fortalecimento muscular e controle da micção. Já os medicamentos antimuscarínicos e agonistas beta-adrenérgicos são indicados nos casos de urgência miccional. A escolha do tratamento exige avaliação individualizada, considerando a gravidade e a origem dos sintomas. A estratificação clínica orienta condutas mais precisas e evita abordagens generalizadas, promovendo maior efetividade e qualidade de vida.

Os autores Bessa e Borges (2024) afirmam que a prevenção das ITUs recorrentes depende da adoção de estratégias que vão desde mudanças comportamentais até o uso de probióticos e imunomoduladores. Há evidências de que a higiene íntima adequada, o consumo regular de água e o esvaziamento frequente da bexiga reduzem a incidência dessas infecções. O uso de probióticos, como *Lactobacillus rhamnosus* e *L. reuteri*, atua na restauração da microbiota vaginal e intestinal, dificultando a colonização por patógenos. Essas ações, associadas ao acompanhamento médico, não apenas previnem novas infecções, como também proporcionam maior bem-estar às pacientes.

No âmbito terapêutico, os autores destacam que o tratamento deve considerar tanto medidas farmacológicas quanto complementares. Antibióticos como nitrofurantoína, ciprofloxacino, fosfomicina trometamol e amoxicilina-clavulanato são utilizados conforme a gravidade do quadro e o perfil microbiológico. O uso irracional desses fármacos, porém, tem contribuído para o aumento da resistência bacteriana, exigindo ações regulatórias mais rígidas. Nesse cenário, os protocolos clínicos atualizados e personalizados desempenham papel essencial. A combinação entre uso consciente de antibióticos e estratégias alternativas,



como os probióticos, representa um modelo eficaz e sustentável para o controle das ITUs (Bessa e Borges, 2024).

2.4 Impactos Psicossociais e Qualidade de Vida em Mulheres com Infecções Urinárias Recorrentes

Os autores Lourenção *et al.* (2024) exemplificam que as infecções urinárias recorrentes exercem impactos significativos na qualidade de vida das mulheres, indo além das manifestações físicas. As pacientes relatam sentimento de frustração, ansiedade e insegurança quanto à possibilidade de novos episódios, o que afeta diretamente sua rotina pessoal e profissional. A presença contínua de sintomas como disúria, urgência miccional e dor pélvica compromete atividades simples, como sair de casa ou realizar tarefas laborais. A recorrência frequente também prejudica a vida sexual, causando desconforto, medo e, muitas vezes, diminuição da libido. Esses fatores interferem no bem-estar psicológico, exigindo um olhar integral sobre a condição clínica.

Lourenção *et al.* (2024) descrevem que o estigma associado à condição pode provocar isolamento social e baixa autoestima. Muitas mulheres sentem-se envergonhadas ao relatar os sintomas, o que contribui para o atraso na busca por cuidados especializados. A dependência frequente de medicamentos, como antibióticos, também gera preocupações com os efeitos colaterais e a resistência bacteriana. Esses elementos combinados impactam negativamente o estado emocional da paciente, levando, em alguns casos, ao desenvolvimento de quadros depressivos leves. Assim, torna-se essencial que o manejo das ITUs recorrentes envolva escuta ativa, acolhimento e suporte psicossocial no acompanhamento clínico.

Os autores Camacho *et al.* (2023) propõem as repercussões emocionais das ITUs recorrentes estão relacionadas à sensação de vulnerabilidade e perda de controle sobre o próprio corpo. A frequência dos episódios infecciosos compromete a previsibilidade da rotina, afetando o desempenho no trabalho e a interação familiar. Esse quadro pode desencadear sentimentos de desesperança e impotência, especialmente quando os tratamentos se mostram ineficazes ou quando há resistência aos antibióticos. Além disso, as pacientes frequentemente expressam fadiga mental e emocional, decorrente da constante preocupação com a possibilidade de reincidência. Essa sobrecarga mental contribui para a deterioração da



saúde global da mulher.

Camacho *et al.* (2023) também ressaltam que a insegurança urinária decorrente dos sintomas recorrentes gera desconforto em ambientes públicos, diminuindo a participação social. Muitas mulheres evitam viagens, reuniões e eventos sociais por medo de não encontrarem banheiros disponíveis, o que restringe sua autonomia. Essa limitação pode evoluir para quadros de ansiedade social, dificultando a construção de vínculos interpessoais e afetivos. A frustração com a recorrência das infecções também pode afetar o relacionamento com os profissionais de saúde, sobretudo quando há falta de acolhimento. Diante disso, uma abordagem humanizada e empática é fundamental para o cuidado dessas pacientes.

Teles (2023) aborda que as mulheres acometidas por infecções urinárias recorrentes frequentemente relatam queda na qualidade do sono, cansaço excessivo e alterações no humor. Os sintomas noturnos, como a urgência e a dor ao urinar, interrompem o descanso e agravam o estresse físico e psicológico. Esse comprometimento contínuo do sono afeta negativamente o desempenho nas atividades diárias e contribui para o agravamento de distúrbios emocionais. Além disso, muitas pacientes desenvolvem mecanismos de evitação, alterando comportamentos cotidianos por receio de episódios de incontinência ou dor. Essas adaptações forçadas interferem na espontaneidade e liberdade das mulheres em seu próprio corpo.

Na análise de Teles (2023), é importante considerar que a recorrência das infecções também impacta economicamente a vida das pacientes. O custo com medicamentos, consultas médicas, exames e, em alguns casos, ausências ao trabalho, intensifica a sobrecarga financeira e emocional. Em gestantes, essa preocupação é ainda maior, pois o medo de complicações obstétricas adiciona um fator de angústia à gestação. A saúde emocional da mulher, portanto, torna-se um componente fundamental no enfrentamento das ITUs. Teles defende que o cuidado clínico inclua ações de educação em saúde, escuta ativa e encaminhamentos para apoio psicológico, quando necessário.

Na perspectiva dos autores Miranda *et al.* (2023), o impacto psicossocial das infecções urinárias recorrentes deve ser reconhecido como parte essencial do quadro clínico. A recorrência constante leva à percepção de fragilidade corporal, o que afeta a autoconfiança

da mulher. A repetição dos sintomas e a ausência de resultados duradouros com os tratamentos reforçam sentimentos de desânimo. Essa condição é agravada pela invisibilidade do sofrimento psíquico, muitas vezes negligenciado nas consultas clínicas. As autoras defendem a necessidade de uma escuta acolhedora e de práticas interdisciplinares que integrem o cuidado físico e emocional da paciente.

Os impactos também se estendem ao campo da sexualidade feminina. A dor durante ou após as relações sexuais, associada ao medo de infecção, interfere diretamente na satisfação sexual e no vínculo com o parceiro. Essa realidade pode gerar conflitos conjugais, frustrações e até a evitação da intimidade. A vergonha e a desinformação agravam esse quadro, pois muitas mulheres evitam conversar sobre essas dificuldades com profissionais da saúde. Assim, o diálogo aberto e a abordagem sensível do tema são indispensáveis para reestabelecer a confiança da mulher em sua vida íntima e no próprio corpo (Miranda *et al.*, 2023).

Os autores Soncim *et al.* (2024) destaca que há uma forte correlação entre infecções urinárias de repetição e a piora da qualidade de vida em mulheres com incontinência urinária. A coexistência dessas condições agrava os sintomas físicos e gera impacto direto na autoestima e no estado emocional das pacientes. A frequência dos episódios leva à insegurança constante, o que resulta em retraimento social e constrangimento. A limitação imposta pela necessidade de acesso constante a banheiros compromete a liberdade de locomoção e interfere na vida laboral. Assim, a vida da mulher é condicionada à vigilância de seus sintomas, o que gera dependência emocional e frustração.

Soncim *et al.* (2024) apontam que as intervenções terapêuticas devem contemplar a subjetividade da paciente, considerando os danos emocionais que acompanham a recorrência das ITUs. A assistência deve ir além da prescrição de antibióticos, incluindo apoio psicossocial e orientação personalizada. A incontinência urinária associada às infecções recorrentes agrava os quadros de ansiedade e contribui para o isolamento emocional. Estratégias educativas, aliadas a intervenções fisioterapêuticas e suporte psicológico, apresentam bons resultados na redução do impacto psicossocial. A integralidade do cuidado é, portanto, essencial para promover não apenas a saúde física, mas também a recuperação do bem-estar emocional da mulher.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os dados obtidos a partir da análise do tema confirmam a elevada prevalência das infecções urinárias recorrentes em mulheres, especialmente em faixas etárias entre 18 e 87 anos. Os estudos de Lourenção *et al.* (2024) reforçam que a anatomia do trato urinário feminino, aliada a alterações hormonais, contribui diretamente para a suscetibilidade dessas pacientes. A realidade observada em serviços ambulatoriais confirma que sintomas como disúria e urgência miccional impactam a rotina diária, afetando inclusive o desempenho profissional e social. Na prática clínica, esses relatos se traduzem em demanda frequente por atendimento, uso constante de antibióticos e consequente sobrecarga ao sistema de saúde.

Camacho *et al.* (2023) reforçam esse panorama ao demonstrarem que até 60% das mulheres terão, ao longo da vida, pelo menos um episódio de infecção urinária. As observações práticas indicam que, mesmo após tratamento adequado, muitas pacientes voltam a apresentar sintomas em um curto intervalo de tempo. A recorrência revela a importância da anamnese detalhada e do histórico clínico completo para diferenciar recidiva de reinfecção. Além disso, a presença de hábitos como má higiene íntima, uso de duchas vaginais e vida sexual ativa sem orientação adequada aparece de forma recorrente nos prontuários clínicos analisados, confirmando a associação entre comportamento e reinfecção.

A teoria apresentada por Teles (2023) sobre a vulnerabilidade das mulheres entre 15 e 24 anos e após os 65 anos também é confirmada pela prática clínica observada nos atendimentos. Em muitas pacientes idosas, a incontinência urinária e o prolapso pélvico aparecem como fatores agravantes. Em paralelo, os dados laboratoriais revelam maior prevalência da *Escherichia coli* como agente causador, fato apontado em 70% das uroculturas analisadas. A atuação dos profissionais de saúde precisa, portanto, envolver diagnóstico precoce, orientação preventiva e estratégias terapêuticas personalizadas, sobretudo para grupos vulneráveis.

Miranda *et al.* (2023) chamam atenção para os mecanismos fisiopatológicos das infecções recorrentes, especialmente a formação de biofilmes e a capacidade de adesão bacteriana à mucosa urogenital. A prática clínica mostra que pacientes com histórico de cateterismo de repetição, uso prolongado de antibióticos e imunossupressão são as mais afetadas. Esse dado ressalta a importância do controle rigoroso no uso de dispositivos



invasivos. Além disso, reforça-se a necessidade do uso de exames de cultura e antibiograma para orientar corretamente a antibioticoterapia, evitando o agravamento da resistência bacteriana.

As observações realizadas em ambientes hospitalares dialogam com os apontamentos de Soncim *et al.* (2024), que evidenciam o impacto da recorrência na qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária. A sobreposição de sintomas como urgência e frequência urinária, associada à infecção, causa constrangimento e limitações sociais. Na prática, é comum que essas pacientes evitem atividades fora de casa, apresentem baixa autoestima e relatem dificuldades em sua vida sexual. Esses elementos evidenciam que o impacto não é apenas clínico, mas também psicológico e social, exigindo um plano de cuidados integral e contínuo.

A análise dos fatores de risco identificados nos prontuários clínicos revela forte consonância com o que é descrito pelo Departamento Científico de Nefrologia (2023), especialmente em pacientes jovens. Há relatos recorrentes de constipação crônica, retenção urinária voluntária e baixa ingestão hídrica, confirmando a influência de fatores comportamentais. Nos casos pediátricos, observam-se malformações estruturais como refluxo vesicoureteral, que demandam acompanhamento urológico especializado. Esses achados reforçam que a abordagem das ITUs deve considerar também a faixa etária e a maturidade imunológica, com intervenções específicas para cada perfil.

A prevenção das ITUs, de acordo com Silva e Oliveira (2024), exige mudança de hábitos, ações educativas e controle no uso de cateteres. Na prática hospitalar, observou-se que a redução de infecções esteve associada a programas de capacitação em higiene íntima, higienização correta das mãos e revisão da real necessidade do uso de SVD. As intervenções educativas aplicadas pela equipe de enfermagem demonstraram impacto positivo nos indicadores de controle das ITUs. Essas práticas, alinhadas aos protocolos clínicos, revelam a importância da atuação da enfermagem como linha de frente no combate à recorrência.

Os autores Rozante *et al.* (2025) também apontam que o sucesso terapêutico depende do reconhecimento de fatores predisponentes. Nos dados analisados, pacientes com infecções persistentes apresentaram histórico de resistência bacteriana, uso repetido de antibióticos e manutenção prolongada de sondas. A ausência de protocolos atualizados



dificultou a condução de alguns casos, destacando a necessidade de padronização das condutas clínicas. O uso de exames laboratoriais adequados, associado a treinamentos constantes da equipe, se mostrou essencial para garantir um tratamento eficaz e seguro. A integração entre teoria e prática evidencia que o combate às ITUs deve ser sistêmico.

Os autores Nascimento *et al.* (2024) ressaltam que a associação entre ITUs recorrentes e incontinência urinária demanda uma abordagem multiprofissional. A prática da fisioterapia pélvica, observada em pacientes acompanhadas por mais de três meses, mostrou melhora nos sintomas e redução dos episódios infecciosos. A inserção de hábitos saudáveis, como controle do peso e abandono do tabagismo, também apresentou bons resultados preventivos. Esses achados confirmam que medidas não farmacológicas devem ser incentivadas desde o início do tratamento, sobretudo em mulheres com histórico de múltiplos partos ou disfunções do assoalho pélvico.

Bessa e Borges (2024) defendem o uso de probióticos como estratégia complementar à antibioticoterapia. A análise dos casos mostrou que pacientes em uso de *Lactobacillus rhamnosus* e *L. reuteri* apresentaram menor frequência de infecções ao longo de seis meses. Essa intervenção, somada ao uso racional de antibióticos, reduziu significativamente o número de atendimentos por recorrência. A prática corrobora os estudos que apontam para o papel da microbiota vaginal na prevenção das ITUs. Os resultados reforçam a importância de integrar medidas terapêuticas convencionais e alternativas para um plano de cuidado eficaz e de longo prazo.

Em consonância com os autores citados, as práticas clínicas demonstram que os impactos psicossociais são tão relevantes quanto os físicos. A escuta ativa, o acolhimento emocional e o encaminhamento para suporte psicológico foram estratégias eficazes utilizadas em pacientes com quadros de ansiedade e isolamento social. Os relatos de sofrimento mental associado às ITUs demonstram a necessidade de uma atuação mais humanizada por parte dos profissionais. Tais ações não apenas fortalecem o vínculo terapêutico, como também contribuem para a adesão ao tratamento e prevenção de novas ocorrências.

Portanto, os resultados obtidos por meio da análise de dados clínicos e das evidências teóricas apontam para a necessidade de uma abordagem integral no cuidado às mulheres com infecções urinárias recorrentes. A prática confirma que a combinação entre diagnóstico



precoce, educação em saúde, uso racional de medicamentos e suporte emocional resulta em melhores desfechos clínicos. A integração entre teoria e prática deve orientar protocolos atualizados e humanizados, que respeitem a individualidade de cada paciente. Esse conjunto de medidas é essencial para garantir uma assistência eficaz, segura e centrada na mulher.

4. CONCLUSÃO

As infecções urinárias recorrentes em mulheres representam um desafio significativo para a saúde pública, especialmente por seus impactos clínicos, sociais e psicossociais. A prevalência elevada, associada a fatores anatômicos, fisiológicos e comportamentais, exige uma abordagem preventiva contínua e estratégias terapêuticas eficazes. A recorrência dos quadros não apenas compromete a integridade física da paciente, mas também interfere em sua qualidade de vida, afetando o bem-estar emocional, a autoestima e a participação em atividades sociais e profissionais.

A análise dos dados teóricos e práticos demonstrou que a atuação integrada entre os diferentes níveis de atenção à saúde é fundamental para a eficácia do tratamento. O uso racional de antibióticos, a adesão a protocolos clínicos, a orientação sobre hábitos de higiene e a implementação de medidas não farmacológicas, como a fisioterapia pélvica e o uso de probióticos, se mostram eficazes tanto na prevenção quanto na redução das recidivas. Além disso, a abordagem humanizada e o acolhimento das demandas emocionais da mulher são essenciais para o sucesso terapêutico.

Portanto, torna-se imprescindível que os profissionais de saúde adotem uma perspectiva ampliada e centrada na paciente, considerando não apenas o agente etiológico e o quadro clínico, mas também os fatores psicossociais que envolvem a condição.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BESSA, Danilo Louredo de; BORGES, Marcos Paulo. **Associação de probióticos em tratamentos de mulheres com recorrentes infecções do trato urinário**, 2024.

CAMACHO, Saul Dresjan *et al.* Infecção do trato urinário: aspectos epidemiológicos, fisiopatológicos e manejo terapêutico. **Brazilian Journal of Development**, 2023.

DEPARTAMENTO CIENTÍFICO DE NEFROLOGIA. Infecção urinária: diagnóstico, investigação e



prevenção, **Sociedade Brasileira de Pediatria**, 2023.

LOURENÇÃO, Luciano Garcia *et al.* O impacto das infecções urinárias recorrentes na qualidade de vida de mulheres em atendimento ambulatorial no Brasil. ***Población y Salud en Mesoamérica***, 2024.

MIRANDA, Marcella Castro *et al.* Infecção de Trato Urinário recorrente no sexo feminino - revisão de literatura, ***Brazilian Journal of Health Review***, 2023.

NASCIMENTO, Maria Eduarda Bezerra do *et al.* Prevenção e manejo da incompetência urinária feminina. ***Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences***, 2024.

ROZANTE, Aline Fernandes; HOIOS, Andressa Paglione; LEAL, Karen Da Silva; DUARTE, Lorena De Oliveira; ALVES, Vivian Soares. **Infecções no trato urinário (ITU) em enfermaria feminina**, Centro Paula Souza, 2025.

SILVA, Maysa Oliveira da; OLIVEIRA, Ana Carolina Donda. Abordagem e cuidados de enfermagem na prevenção e tratamento das infecções do trato urinário. ***Revista Saúde dos Vales***, 2024.

SONCIM, Laura Matos Freire *et al.* **Infecção urinária de repetição como fator de piora da qualidade de vida de mulheres com incontinência urinária**. Arquivos Catarinenses de Medicina, 2024.

TELES, Giovanna Barros. **Avaliação das características laboratoriais das infecções urinárias a partir de uroculturas de mulheres e gestantes usuárias do SUS atendidas no Laboratório Escola de Análises Clínicas (LAPAC /EF/UFOP)**. Ouro Preto: Universidade Federal de Ouro Preto, 2023.