

## **Educação em saúde na incontinência urinária: empoderar para melhorar a saúde da mulher**

Pollyana Ruggio Tristão Borges, Mônica Faria Felicíssimo, Rosana Ferreira Sampaio, Sheyla Rossana Cavalcanti Furtado

### **Resumo**

A incontinência urinária (IU) feminina é um problema de saúde pública que tem impactado de forma negativa a qualidade de vida. Muitas mulheres não conhecem os sintomas e tratamento da IU, e assim, não procuram assistência de profissionais da saúde. Estratégias de educação em saúde podem ser utilizadas para empoderar a população. Informar sobre IU e avaliar o aprendizado após uma intervenção de educação em saúde para mulheres na atenção primária da rede pública de saúde. Foi realizada uma roda de conversa por acadêmicos do curso de fisioterapia da Universidade Federal de Minas Gerais em uma unidade básica de saúde de Belo Horizonte para 16 mulheres, tanto da comunidade quanto funcionárias do local, em dezembro de 2015. O tema abordado foi a IU, o seu conceito, anatomia, sintomas, prevenção e tratamento. Antes da palestra, todas as usuárias preencheram um questionário com dados pessoais e sobre a qualidade de vida, por meio do International Consultation on Incontinence Questionnaire - Short Form (ICIQ-SF), além de outras perguntas que abordavam conhecimentos prévios sobre o tema. Após a apresentação do tema e discussões, as usuárias preencheram um questionário sobre o assunto tratado para verificar o aprendizado. Foram realizadas análises descritivas por meio de distribuições de frequências e desvio padrão. As usuárias tinham média de idade de 58 anos ( $\pm 10,9$ ), 44% casadas, 81% no período da menopausa e 56% com vida sexual ativa. Metade tinham até o ensino fundamental completo e 44% tinham ensino médio completo. Quanto ao funcionamento da bexiga e intestino, 46% das mulheres apresentaram queixa de IU de esforço e de urgência, respectivamente, mais da metade acordava apenas uma vez durante a noite para urinar (53%) e apresentava frequência defecatória diária (53%), a maioria possuía continência tanto para gases e fezes (87%). A maior parte não relatou apresentar infecção urinária recente (80%) e a média do escore do ICIQ-SF foi de 6. A análise das respostas do questionário pré discussão mostrou que 94% das participantes estavam motivadas com o encontro. Parte das mulheres relataram não saber o que era IU antes da atividade educativa (35%) e a maioria relatou ter mais clareza sobre o assunto após a roda de conversa (88%). Antes da intervenção, 77% não conheciam a localização dos músculos do assoalho pélvico no corpo humano e ao final, 81% relataram ter aprendido. Os dados coletados antes da atividade mostraram que, 41% das participantes não sabiam quais as possibilidades de tratamentos para IU, mas, após o encontro, a grande maioria relatou conhecê-los (75%). Após a palestra, 94% disseram estar satisfeitas com o encontro e 75% colocariam em prática o que aprenderam. Além disso, o conteúdo apresentado foi considerado importante por todas participantes (100%). Por meio de uma intervenção simples e de baixo custo, foi possível a conscientização das mulheres sobre a IU. Tais medidas são essenciais para a difusão e multiplicação do conhecimento na comunidade e melhoria da saúde da mulher.

**Descritores:** Educação em saúde; Incontinência urinária; Saúde da mulher.