



INCONTINÊNCIA URINÁRIA: A PERSPECTIVA DOS IDOSOS DO PROJETO PUC MAIS IDADE

Anna Clara Dias Marques¹

Jacqueline do Carmo Reis²

Jade Estéfani Ferreira Prado³

Júlia Oliveira da Silva⁴

Maria Olívia Ferreira de Sousa⁵

Nayara Lopes Alves Fernandes⁶

Rayssa Ester de Sousa Caetano⁷

INTRODUÇÃO: A Incontinência Urinária (IU) é interpretada pela Sociedade Internacional de Incontinência, como qualquer perda involuntária de urina capaz de gerar um problema social ou higiênico. De uma forma geral, essa disfunção acontece devido ao desequilíbrio funcional do complexo vesico-esfincteriano, ou seja, um desequilíbrio entre a atividade da bexiga, que atua como um reservatório da urina, e a integridade do mecanismo esfincteriano que é responsável pela continência. **MATERIAL E MÉTODOS:** A oficina foi dividida em quatro momentos: MOMENTO 1: produção e execução de um vídeo de até 5 minutos com o objetivo de iniciar uma discussão prévia sobre o tema. MOMENTO 2: apresentação e discussão do tema, através de uma apresentação de slides. MOMENTO 3: perguntas para guiar o entendimento e sanar dúvidas, através de um "jogo da roleta". MOMENTO 4: encerramento da oficina, explicação de dúvidas residuais, explicação sobre o Google Forms para a avaliação da atividade e disponibilização da cartilha. **RESULTADOS e DISCUSSÃO:** Os idosos participaram ativamente da oficina, mostrando a relevância da temática e a adequação metodológica para alcançar o objetivo da atividade. Nota-se que a maioria dos idosos já possuíam um conhecimento prévio sobre a IU, os sintomas e o tratamento. Embora o assunto ainda seja tratado como tabu, a discussão é essencial para a mudança de tal cenário. Dos 16 idosos que

¹Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

²Docente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

³Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

⁴Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

⁵Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

⁶Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

⁷Discente do curso de Fisioterapia da PUC Minas Betim.

participaram da oficina, 10 responderam o google forms (62,5%); média de idade dos idosos: 71,1 anos; apenas 1 idoso julgou que a IU não tratada não atrapalha o lazer e o convívio; 30% dos idosos consideram vergonhoso falar sobre a IU; 100% dos idosos acham que o diagnóstico precoce é importante; 100% dos idosos responderam corretamente quais são os sintomas da IU; 100% dos idosos entendem o que é necessário para prevenir a IU; 100% dos idosos deram nota "5" para a apresentação e aprendizado durante a oficina. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Conclui-se que as ações de educação em saúde voltadas à pessoa idosa são importantes estratégias na geração de autonomia para o autocuidado. A experiência com o projeto "PUC Mais Idade" trouxe oportunidades de trocas de saberes, com a valorização do conhecimento prévio dos idosos. A interação entre ensino e extensão favorece a formação multidisciplinar ética e pautada pelas reais necessidades de saúde da população. Evidenciou-se ainda, a importância do Trabalho Interdisciplinar no desenvolvimento de diversas habilidades, principalmente aquelas voltadas para a comunicação, o trabalho em equipe e o envolvimento com a comunidade, favorecendo o empoderamento e a construção do exercício da cidadania.

Palavras-chave: Incontinência urinária. Idoso. Saúde do idoso. Disfunção urinária.

Keywords: Urinary incontinence. Old man. Elderly health. Urinary dysfunction.

REFERÊNCIAS

- GUEDES J., SEBEN V. **Incontinência Urinária no idoso: abordagem fisioterapêutica.** RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano, Passo Fundo, 105-113 - jan./jun. 2006.
- OLIVEIRA J., GARCIA R. **Cinesioterapia no tratamento da incontinência urinária em mulheres idosas.** Revista Brasileira Geriatria Gerontologia, vol.14 no.2 Rio de Janeiro. Apr. /June 2011.
- KRINSKI G., GUERRA F., CAMPIOTTO L., GUIMARÃES K., BENNEMANN R. **Os benefícios do tratamento fisioterapêutico na incontinência urinária de esforço em idosas- revisão sistemática.** Vol.4, n.3, pp.37-40 (Set-Nov 2013) Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research - BJSCR.
- MARTINEZ, A.B., RIBEIRO, S.S., SAMAGAIA, G.C.Z., VALENTE, C. **Auriculoterapia como tratamento complementar à fisioterapia na qualidade de vida do idoso com incontinência urinária.** Acta ElitSalutis- AES – (2020) v.2 (1) ISSN online 2675-1208 - Artigo Original

SILVA G., FREITAS A., SCARPELINI P., HADDAD C. **Tratamento fisioterapêutico na incontinência urinária de esforço- relato de caso.** p. 18 Revista UNILUS Ensino e Pesquisa. Vol.11 Nº.25 Ano 2014 ISSN 2318 - 2083 (eletrônico).

CESTARI C., SOUZA T., SILVA A. **Eletroestimulação no tratamento da incontinência urinária de esforço feminino.** Revista Ciência e Estudos Acadêmicos de Medicina – Número 6. Universidade do Estado de Mato Grosso - UNEMAT (Cáceres). 2016 ago. dez. (p. 93-101).

OLIVEIRA A., NASCIMENTO E. **Fisioterapia na incontinência urinária feminina.** Albert Einstein- Sociedade Beneficente Israelita Brasileira- 2017. Disponível em: <<https://www.einstein.br/estrutura/centro-incontinencia-doencas-assoalho-pelvico/tratamentos/fisioterapia-incontinencia-urinaria-feminina>>. Acesso em: 05, abr. de 2021.

Virtuoso JF, Mazo GZ, Menezes EC. **Prevalência, tipologia e sintomas de gravidade da incontinência urinária em mulheres idosas segundo a prática de atividade física.** *Fisioter. Mov.*, Curitiba, v. 25, n. 3, p. 571-582, jul./set. 2012. Disponível em: <doi: 10.1590/S0103-51502012000300013>. Acesso em 05 de abril de 2021.

Camillato ES, Barra AA, Silva Jr AL. **Incontinência urinária de esforço: fisioterapia versus tratamento cirúrgico.** *Femina*, julho/agosto 2012, vol 40, nº 4. Disponível em: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-668407>>. Acesso em: 05 de abril de 2021.

Incontinência Urinária. Biblioteca Virtual em Saúde, *Ministério da Saúde*. Publicado: Terça, 26 de junho de 2018. Disponível em: <<http://bvsmms.saude.gov.br/dicas-em-saude/2733-incontinencia-urinaria>>. Acesso em: 05 de abril de 2021

Silva CP, Gruending M, Coelho NF, Kalil PS, Noronha JAP. **Incontinência Urinária: uma breve revisão da literatura.** *Acta méd.* (Porto Alegre) ; 38: [7], 2017. Disponível em: <<https://ebooks.pucrs.br/edipucrs/acessolivre/periodicos/acta-medica/assets/edicoes/2017-2/arquivos/pdf/4.pdf>>. Acesso em: 05 de abril de 2021.

Stoddart H, Donovan J, Whitley E, Sharp D, Harvey I. **Incontinência urinária em idosos na comunidade: um problema negligenciado?** [a correção publicada aparece em Br J GenPractNov 2002; 52 (484): 944]. *Br J GenPract.* 2001; 51 (468): 548-552.

Toye F, Barker KL. **A meta-ethnography to understand the experience of living with urinary incontinence: 'is it just part and parcel of life?'**. *BMC Urol.* 2020;20(1):1. Published 2020 Jan 16. doi:10.1186/s12894-019-0555-4

Griffiths F, Pepper J, Jørstad-Stein EC, Smith JF, Hill L, Lamb SSE. **Sessões em grupo versus individuais entregues por um fisioterapeuta para incontinência urinária feminina: um estudo de entrevista com mulheres que frequentam sessões de grupo aninhadas dentro de um ensaio clínico randomizado.** *BMC Women's Health.* 2009;