

# CURRICULARIZAÇÃO DE EXTENSÃO - PREVENÇÃO E O TRATAMENTO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM HOMENS E MULHERES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Bárbara de Oliveira Moura <sup>1</sup>

Deise Aparecida de Almeida Pires de Oliveira <sup>2</sup>

Miriã Cândida Oliveira <sup>3</sup>

Rodrigo Franco de Oliveira <sup>4</sup>

Rúbia Mariano da Silva <sup>5</sup>

Samara Lamounier Santana Parreira <sup>6</sup>

Viviane Soares <sup>7</sup>

Wesley dos Santos Costa <sup>8</sup>

## RESUMO

A incontinência urinária (IU) é uma condição que afeta tanto homens quanto mulheres e pode impactar significativamente a qualidade de vida dos indivíduos. O presente relato de experiência teve como objetivo promover a conscientização sobre a IU, destacando a importância de intervenções precoces e conservadoras, especialmente o treinamento dos músculos do assoalho pélvico. A metodologia aplicada foi o Arco de Charles Maguerez, que proporcionou aos alunos da disciplina de Fisioterapia Uroginecológica e Pélvica a oportunidade de observar, refletir e agir em um ambiente prático. A atividade educativa foi realizada na Clínica Escola UniFISIO, onde os alunos desenvolveram materiais informativos, como folders e cartazes, e realizaram palestras para pacientes e acompanhantes. Os resultados, obtidos por meio de questionários aplicados ao final da atividade, mostraram que 62,5% dos alunos consideraram a ação multidisciplinar "ótima" e 67,5% avaliaram a importância da curricularização da extensão como "ótima". Comentários dos participantes enfatizaram o valor da experiência para o desenvolvimento de habilidades interpessoais e compreensão da prática clínica. As considerações finais reforçam que a experiência não apenas atendeu às expectativas acadêmicas, mas também contribuiu para a formação de fisioterapeutas mais preparados para atender às necessidades da população. A iniciativa demonstrou a relevância da educação em saúde e a importância da curricularização da extensão no ensino superior, preparando os alunos para enfrentar os desafios do mercado de trabalho com maior competência e segurança.

## PALAVRAS-CHAVE

Incontinência Urinária (IU); Curricularização da Extensão; Educação em Saúde; Intervenções Precoces.

## ABSTRACT

Urinary incontinence (UI) is a condition that affects both men and women and can significantly impact individuals' quality of life. This experiential report aimed to promote awareness about UI, highlighting the importance of early and conservative

<sup>1</sup> Especialista. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: barbara.fisioterapia@hotmail.com

<sup>2</sup> Doutora. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [deise.pyres@gmail.com](mailto:deise.pyres@gmail.com)

<sup>3</sup> Doutora. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [liana.gomes@docente.unievangelica.edu.br](mailto:liana.gomes@docente.unievangelica.edu.br)

<sup>4</sup> Mestre. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [miria.oliveira@docente.unievangelica.edu.br](mailto:miria.oliveira@docente.unievangelica.edu.br)

<sup>5</sup> Doutor. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [rodrigofranco65@gmail.com](mailto:rodrigofranco65@gmail.com)

<sup>6</sup> Mestre. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [rubiamsfisio@hotmail.com](mailto:rubiamsfisio@hotmail.com)

<sup>7</sup> Doutora. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [samaralamouniersp@gmail.com](mailto:samaralamouniersp@gmail.com)

<sup>8</sup> Doutora. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [ftviviane@gmail.com](mailto:ftviviane@gmail.com)

<sup>9</sup> Mestre. Curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Goiás- UniEVANGÉLICA. E-mail: [wesley.costa@unievangelica.edu.br](mailto:wesley.costa@unievangelica.edu.br)

interventions, particularly pelvic floor muscle training. The methodology applied was the Charles Maguerez Arc, which provided students in the Urogynaecological and Pelvic Physiotherapy course the opportunity to observe, reflect, and act in a practical environment. The educational activity took place at the UniFISIO School Clinic, where students developed informative materials, such as brochures and posters, and conducted lectures for patients and their companions. The results, obtained through questionnaires administered at the end of the activity, showed that 62.5% of students considered the multidisciplinary action to be "excellent," and 67.5% rated the importance of curricular extension as "excellent." Participants' comments emphasized the value of the experience for developing interpersonal skills and understanding clinical practice. The final considerations reinforce that the experience not only met academic expectations but also contributed to the training of physiotherapists better prepared to meet the needs of the population. The initiative demonstrated the relevance of health education and the importance of curricular extension in higher education, preparing students to face the challenges of the job market with greater competence and confidence.

## KEYWORDS

Urinary Incontinence (UI); Curricular Extension; Health Education; Early Interventions.

## INTRODUÇÃO

A incontinência urinária (IU) é definida como a perda involuntária de urina, podendo acometer tantos homens como mulheres (Kari Bø, 2020). Existem três tipos comuns de IU, a saber:

incontinência urinária de esforço (IUE), incontinência urinária de urgência (IUU) e incontinência urinária mista (IUM). A IUE é definida como a perda involuntária devido a um esforço físico, espirro ou tosse. A IUU é a perda de urina, de forma involuntária, causada pela urgência, sendo também denominada como bexiga hiperativa. Já a IUM é a combinação da IUE e da IUU (Haylen, et al. 2010)

Nas mulheres os fatores de risco são idade, índice de massa corporal, paridade e modo de parto, sendo o parto vaginal o mais significativo (Kari Bø, 2020). Para os homens os principais tipos de IU são incontinência pós-prostatectomia (IPP), após prostatectomia radical (PR), irradiação da próstata e cirurgia para hiperplasia prostática benigna (Das, et al. 2020).

Para Oliveira, et al. (2020), a incontinência urinária (IU) é uma disfunção bastante comum na sociedade moderna, afetando entre 20% e 50% das mulheres adultas em algum momento da vida. Estima-se que, para cada homem com essa condição, duas mulheres também apresentam incontinência. No Brasil, cerca de 30% a 43% das mulheres enfrentam a perda involuntária de urina ao longo da vida, embora esses números possam estar subestimados devido à subnotificação e ao subtratamento da patologia.

A perda involuntária de urina pode causar diversas limitações, incluindo físicas, sociais, ocupacionais, domésticas e sexuais. Essa condição afeta os aspectos biopsicossociais das mulheres e exerce um impacto significativo em sua qualidade de vida (kilic, 2020).

Freitas, et al (2020) refere que a prevenção e o tratamento precoce da incontinência urinária (IU) devem ser instituídos com ações voltadas para os sintomas da IU, visando reduzir complicações e preservar a saúde e funcionalidade. As intervenções conservadoras são as mais recomendadas, pois apresentam menor custo financeiro e menor risco de efeitos colaterais. Dentre essas intervenções, o treinamento dos músculos do assoalho pélvico (MAP), conduzido por um fisioterapeuta, é considerado a primeira linha de prevenção e tratamento.

Portanto, é fundamental adotar precocemente medidas educativas e promover o treinamento muscular para prevenir e tratar a incontinência urinária. Este relato de experiência teve como objetivo desenvolver folders e cartazes com informações sobre os tipos de incontinência urinária, exercícios domiciliares que ajudam na sua prevenção e tratamento, além de orientações dietéticas e comportamentais. Essas ferramentas foram preparadas para serem utilizadas em ações educativas na sala de espera da Clínica Escola UniFISIO.

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA**

A disciplina de Fisioterapia Uroginecológica e Pélvica, oferecida aos alunos do 3º e 4º períodos do curso de Fisioterapia da Universidade Evangélica de Anápolis, proporcionou uma experiência prática através de uma atividade educativa focada na conscientização sobre a incontinência urinária. A ação foi realizada na sala de espera da Clínica Escola UniFISIO, com o objetivo de informar os pacientes e seus acompanhantes sobre a prevenção e o tratamento da incontinência urinária em homens e mulheres, além de abordar a importância dos cuidados comportamentais e dietéticos.

O processo teve início em sala de aula, onde o tema foi amplamente discutido com os alunos dos turnos matutino e noturno. A metodologia utilizada foi o Arco de Charles Maguerez, que incentiva a observação, reflexão e ação. Os alunos visitaram a clínica escola para conhecer o espaço e identificar as necessidades dos pacientes. Em seguida, discutiram em sala os principais pontos para a ação educativa, baseando-se em literatura científica e referências especializadas.

A atividade envolveu a criação de materiais educativos, como folders e cartazes, com informações sobre os tipos de incontinência urinária, exercícios domiciliares para prevenção e tratamento, além de orientações comportamentais e dietéticas. Esses materiais foram utilizados durante a ação na sala de espera da clínica, onde os alunos distribuíram os folders e realizaram uma breve palestra utilizando os cartazes para facilitar a compreensão dos pacientes sobre o tema.

Essa experiência permitiu que os alunos aplicassem, na prática, o conhecimento adquirido em sala de aula, desenvolvendo habilidades de comunicação e interação com os pacientes. O tema da

incontinência urinária foi especialmente relevante, considerando que essa condição afeta uma grande parcela da população, e a conscientização sobre sua prevenção e tratamento pode melhorar significativamente a qualidade de vida dos pacientes.

Ao final da atividade, realizada entre agosto e setembro de 2024, um questionário foi aplicado aos alunos para avaliar o projeto. Os resultados indicaram que 62,5% dos participantes consideraram a multidisciplinaridade da ação "ótima", 20% "muito boa", 15% "boa" e 2,5% "regular". Quanto à importância da curricularização da extensão para a formação acadêmica, 67,5% avaliaram como "ótima", 17,5% como "muito boa", 12,5% como "boa" e 2,5% como "regular". O envolvimento dos alunos na elaboração e condução do projeto foi considerado "ótimo" por 50%, "muito bom" por 25,5%, "bom" por 22,5% e "regular" por 5%. Em relação ao tema ter atendido às expectativas acadêmicas, 55% avaliaram como "ótimo", 30% como "muito bom", 10% como "bom", 2,5% como "regular" e 2,5% como "ruim". No geral, 57,5% dos alunos classificaram o projeto como "ótimo", 30% como "muito bom", 10% como "bom" e 2,5% como "ruim".

Além dos resultados quantitativos, alguns alunos compartilharam comentários sobre a experiência, como:

- “O projeto abriu novos horizontes e trouxe desafios de trabalho em equipe e responsabilidade, além de possibilitar o contato com pacientes para compartilhar conhecimento sobre um problema comum.”
- “Projetos que promovem desenvolvimento e crescimento, como esse, são muito valiosos.”
- “Gostei bastante do projeto, pois agrega muito à minha formação acadêmica.”
- “É um assunto importante, que deveria ser abordado com mais frequência.”

A atividade educativa desenvolvida demonstrou ser uma ferramenta eficaz na integração entre o conhecimento teórico e a prática clínica, além de contribuir de forma significativa para a formação dos futuros fisioterapeutas. O projeto também reforçou a importância da curricularização da extensão como parte essencial do processo de ensino-aprendizagem, preparando os alunos para enfrentar os desafios do mercado de trabalho com maior segurança e competência.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A incontinência urinária (IU) é uma condição prevalente que impacta a qualidade de vida de muitos indivíduos, tanto homens quanto mulheres. Este relato de experiência da disciplina de Fisioterapia Uroginecológica e Pélvica evidenciou a importância da conscientização e educação sobre

a IU, destacando a relevância de intervenções precoces e conservadoras, como o treinamento dos músculos do assoalho pélvico.

A metodologia aplicada, baseada no Arco de Charles Maguerez, permitiu aos alunos não apenas compreender a teoria, mas também vivenciar a prática através da elaboração de materiais educativos e da interação direta com pacientes e acompanhantes na Clínica Escola UniFISIO. Os resultados positivos do questionário indicam que a atividade não só atendeu às expectativas acadêmicas, mas também promoveu desenvolvimento pessoal e profissional.

Além disso, os comentários dos alunos ressaltaram o valor do projeto como uma oportunidade para ampliar horizontes e trabalhar em equipe, fortalecendo o aprendizado e a preparação para o mercado de trabalho. Assim, a experiência contribui significativamente para a formação de fisioterapeutas mais capacitados e conscientes das necessidades da população, reafirmando a importância da curricularização da extensão no ensino superior.

## REFERÊNCIAS

- BO, Kari. Physiotherapy management of urinary incontinence in females. *Journal of Physiotherapy*, v. 66, n. 3, p. 147-154, 2020.
- DAS, A. K.; et al. Male urinary incontinence after prostate disease treatment. *Canadian Journal of Urology*, v. 27, Suppl. S3, p. 36-43, 2020.
- FREITAS, C. V.; et al. Abordagem fisioterapêutica da incontinência urinária em idosos na atenção primária em saúde. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 27, n. 3, p. 264-270, 2020.
- HAYLEN, B. T.; DE RIDDER, D.; FREEMAN, R. M.; SWIFT, S. E.; BERGHMANS, B.; LEE, J. et al. An International Urogynecological Association (IUGA)/International Continence Society (ICS) joint report on the terminology for female pelvic floor dysfunction. *International Urogynecology Journal*, v. 21, p. 5-26, 2010.
- KILIC, M. Incidence and risk factors of urinary incontinence in women visiting family health centers. *Springer Plus*, v. 5, n. 1331, p. 1-9, 2016.
- OLIVEIRA, L. G. P.; et al. Impacto da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres: revisão integrativa da literatura. *Revista de Enfermagem UERJ*, Rio de Janeiro, v. 28, p. e51896, 2020.