

ID: 334

Relato de experiência: produção de uma cartilha informativa sobre incontinência urinária

Juliana Carvalho Maciel¹, Andrei Cauã Nascimento de Melo¹, Maria Berenice Pires Noronha², Thaise Maria Oliveira Maciel², Reinaldo Luiz da Silva Ferreira¹, Brenda Belize da Silva Santos¹, Laize Souto Farage de Sousa¹

¹Universidade da Amazônia.

²Fundação Santa Casa de Misericórdia do Pará.

Introdução: A incontinência urinária (IU) é uma disfunção do trato urinário que acomete o sistema reprodutor masculino e feminino. É caracterizada pela perda involuntária de urina ao realizar esforço físico ou pela vontade incontrolável de urinar. Essa disfunção pode causar danos físicos, psicológicos, sociais e higiênicos, com impacto negativo e redução da qualidade de vida. **Objetivo:** Narrar a elaboração de um material educativo acerca da incontinência urinária para a população durante o estágio extracurricular. **Materiais e Métodos:** Durante o estágio extracurricular, observou-se que muitos pacientes apresentavam sintomas de IU, mas desconheciam suas causas, tipos e opções de tratamento. A percepção surgiu a partir de anamnese, avaliações fisioterapêuticas e conversas informais realizadas ao longo dos atendimentos. Diante dessa necessidade, foram coletadas as dúvidas mais recorrentes relatadas pelos pacientes e analisadas com base na experiência da equipe de fisioterapia e nas diretrizes de saúde pública. Assim, estruturou-se uma cartilha educativa com informações acessíveis, voltadas à conscientização e prevenção da IU. A diagramação foi realizada na plataforma Canva, utilizando fotografias autorais e ilustrações para facilitar a compreensão. Abordou-se a definição de tipos de incontinência urinária, principais sinais e sintomas, estratégias de prevenção, incluindo fortalecimento do assoalho pélvico, tratamento fisioterapêutico e sua importância na reabilitação, além de demonstração de exercícios pós-alta hospitalar com imagens ilustrativas. **Resultados e Conclusão:** A cartilha foi registrada (ISBN: 978-65-01-21684-3) e disponibilizada online na plataforma Zenodo, garantindo acesso gratuito ao conteúdo. A experiência demonstrou que a produção de materiais educativos pode ser uma estratégia promissora e eficaz na promoção da saúde, auxiliando pacientes no reconhecimento da IU e incentivando a busca por tratamento. Além disso, reforçou a importância da fisioterapia na saúde pública, contribuindo para a prevenção e reabilitação dessa condição. Nesse sentido, estudos demonstram que materiais educativos como cartilhas informativas melhoram o conhecimento dos pacientes sobre sua condição e favorecem mudanças no autocuidado e na adesão às terapias recomendadas. **Descritores:** fisioterapia; educação em saúde; incontinência urinária.



Copyright Maciel et al. Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.