

RELATO DE EXPERIÊNCIA: GRUPO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM ABORDAGEM NA INCONTINÊNCIA URINÁRIA FEMININA.

Maria Luiza Pelizzari Dal Col

Alessandra Geehardt

Simone Beatriz Pedrozo Viana

Ketlin Schaiane Zander dos Santos

RESUMO: **Introdução:** A Incontinência Urinária (IU) é a perda involuntária de urina, que constitui um problema higiênico e social. Tem causa multifatorial, interferindo na saúde física e mental da mulher, comprometendo sua qualidade de vida. O tratamento eficaz da disfunção requer abordagem integral da mulher levando em consideração não apenas a patologia, mas também os aspectos sociais e emocionais envolvidos, assim como ter um conhecimento sólido da anatomia e fisiologia feminina. **Objetivo:** Relatar as atividades realizadas por um grupo de estagiários de fisioterapia da Univali, sob supervisão docente, em uma Unidade Básica de Saúde da cidade de Balneário Camboriú (SC), voltado à educação em saúde, prevenção e tratamento da IU. **Resultados:** O trabalho teve início com um diálogo explicando às mulheres a proposta do grupo: anamnese, avaliação física do assoalho pélvico e participação em um grupo voltado ao aprendizado de exercícios para a reeducação do assoalho pélvico, além de esclarecimentos e orientações relacionados a IU. Os encontros ocorriam semanalmente nas dependências da UBS, dividido em dois momentos: na primeira parte era apresentado o tema do encontro, conteúdo teórico para o empoderamento das mulheres, troca de informações e experiências. O objetivo era oferecer suporte às participantes para a compreensão do problema e formas de enfrentamento, assim como o conhecimento do próprio corpo; na sequência eram realizados os exercícios de cinesioterapia para reeducação do assoalho pélvico. **Considerações Finais:** As atividades propostas ao grupo tiveram boa aceitação pelas participantes, facilmente identificado durante os encontros, pela fluidez do diálogo, antes tão restrito. Da mesma forma nas atividades de autocuidado, pois a realização dos exercícios não se limitava ao momento do grupo, as participantes realizavam com muita determinação, em casa, tudo o que era apreendido. Como resultado destaca-se a troca de experiências, a construção do conhecimento para ambos os segmentos, a melhora não só na IU mas, também da auto estima e confiança das participantes.

PALAVRAS-CHAVE: Incontinência Urinária. Fisioterapia. Atenção Básica.