

## INFLUÊNCIA DAS PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES NA SAÚDE DE MULHERES COM INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA UBS AREAL LESTE

**JOAQUIM ANTONIO DUARTE LOUZADA NETO<sup>1</sup>**; **STEFANIE CAIPÚ VIEIRA<sup>2</sup>**;  
**KELEN DE MORAIS CERQUEIRA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – [joaquim.neto23@hotmail.com](mailto:joaquim.neto23@hotmail.com)*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – [stefaniecaipuvieira@outlook.com](mailto:stefaniecaipuvieira@outlook.com)*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – [kelenmcerqueira@gmail.com](mailto:kelenmcerqueira@gmail.com)*

### 1. INTRODUÇÃO

A Unidade Básica de Saúde (UBS) é a porta de entrada para usuários do Sistema Único de Saúde (SUS). O SUS é administrado e gerido com base nos seus princípios de universalidade (acessibilidade), coordenação do cuidado, vínculo, longitudinalidade e integralidade. É com base nesses princípios que a Atenção Primária em Saúde (APS), de acordo com demandas expressas e observadas pelas equipes, atua no desenvolvimento de ações e programas para prevenção e promoção de saúde de seus usuários (RIO GRANDE DO SUL, 2017).

Dessa maneira, a publicação da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PNPICS) em 2006, surgiu no contexto sanitário brasileiro, a partir da recomendação da OMS aos seus Estados membros, para inserirem as medicinas tradicionais ou Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como são reconhecidas no Brasil, em seus sistemas públicos de saúde, como estratégia para universalidade e integralidade do cuidado (DECLARAÇÃO DE ALMA- ATA, 1978; BRASIL, 2006; CERQUEIRA, 2022). O projeto PICS Areal Leste, criado em março de 2022, tem o objetivo de implementar esta política pública na atenção primária à saúde de uma instituição de ensino superior, considerando a contribuição de terapias complementares ao modelo convencional e os recursos naturais na promoção de saúde (UFPEL, 2023).

Tendo em vista os objetivos de prevenção e promoção à saúde da APS, torna-se importante o estudo de doenças de maior prevalência e com impactos sociais. Dentre estas patologias, destaca-se a Incontinência Urinária (IU), que ao observar dados estatísticos locais, encontrou-se uma prevalência média de 40,91% entre mulheres idosas (60 a 91 anos) de Pelotas/RS (CARVALHO et al, 2014).

Todavia, a IU, frequentemente é tratada como processo natural do envelhecimento. Entretanto, este é um problema de saúde com prejuízos sociais e orgânicos, que afeta principalmente mulheres devido a aspectos anatômicos e fisiológicos. A IU é definida pela Sociedade Internacional de Continência (ICS) como qualquer perda involuntária de urina pela uretra, podendo ser classificada em três grupos principais com base na sua apresentação clínica, como incontinência de esforço, de urgência e mista (CARVALHO et al, 2014; MENDONÇA et al, 2022; SOUZA et al, 2021).

No que tange os principais fatores de risco para ocorrência de IU, podemos citar o aumento da idade, a obesidade e o maior número de gestações, porém existem outras associações relatadas, como o sedentarismo, a diabetes, o

tabagismo, o consumo de cafeína, algumas doenças neurológicas, o histórico familiar e alterações do trânsito intestinal (SOUZA et al, 2021).

Dentre as opções terapêuticas para IU, a ICS indica, como primeira escolha para controle de sintomas e tratamento, o Treinamento dos Músculos do Assoalho Pélvico (TMAP) com o objetivo de reeducação quanto ao uso adequado da musculatura pélvica (SOUZA et al, 2021).

Nesse contexto, o presente trabalho busca apresentar o relato de uma ação que foi desenvolvida com pacientes da área de cobertura da Unidade Básica de Saúde Areal Leste, já com histórico prévio de IU. Trata-se de uma ação integrativa com estudantes/docentes/preceptores de Medicina, Fisioterapia e Nutrição, para abordar a IU através de uma ação transdisciplinar, visando a prevenção terciária, ou seja, reduzir sintomas e limitações da doença crônica.

## 2. METODOLOGIA

A ação foi desenvolvida e realizada na forma de oficina terapêutica no Espaço de Práticas Integrativas da UBS Areal Leste, um ambiente coberto, construído em uma área verde, onde os pacientes podem se sentir mais próximos da natureza, proporcionando-lhes um momento de relaxamento e bem-estar. Na proposta das PICS, as práticas corporais não são exercidas apenas através da repetição de movimentos, mas também, através da consideração do sujeito humano em sua complexidade existencial e multidimensionalidade (ANTUNES; FRAGA, 2021).

A transdisciplinaridade foi exercida através da ação de discentes, docentes e preceptores dos cursos de Fisioterapia, Medicina e Nutrição da Universidade Federal de Pelotas, que atuaram juntos na identificação dos pacientes com IU, planejamento terapêutico e realização da oficina terapêutica.

Foram orientados exercícios de fortalecimento do assoalho pélvico, conforme recomendado pela Sociedade Internacional de Continência (ICS), os quais podem ser realizados pelos pacientes também, em outros ambientes. Contudo, fundamentou-se a proposta na importância do autocuidado, em técnicas de relaxamento e na aproximação da natureza como meios de promoção de saúde física, mental e espiritual (FREITAG; BADTKE, 2019). As Práticas Integrativas e Complementares (PIC) são recursos de tratamento com caráter multiprofissional, buscando estimular mecanismos naturais de prevenção de doenças e promoção de saúde (FREITAG; BADTKE, 2019).

Neste sentido, os discentes que participam das ações têm a oportunidade de exercer a integralização do cuidado através da transdisciplinaridade, além de visualizar seus resultados na melhora da qualidade de vida dos pacientes assistidos.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de implementação das PICS na complementaridade dos planejamentos terapêuticos ainda está em andamento. Todavia, já é possível observar a satisfação dos pacientes e dos discentes envolvidos, com esta forma de cuidado.

Até o momento, foram realizadas duas oficinas terapêuticas para pacientes com IU. Espera-se que, com o andamento do projeto, possa-se aumentar a oferta deste método terapêutico aos pacientes assistidos na UBS Areal Leste, e assim, avaliar seus resultados.

Ademais, corroborando com o processo de aprendizagem discente, através de estudos sobre etiologia e prevalência de uma comorbidade com importante papel na qualidade de vida de mulheres majoritariamente idosas; além da oportunidade prática de métodos terapêuticos com equipe múltipla em diferentes áreas de conhecimentos, é possível proporcionar um melhor cuidado aos pacientes usuários da UBS Areal Leste através da transdisciplinaridade.

#### 4. CONCLUSÕES

Sendo assim, conclui-se que as PICS são importantes estratégias de exercício da integralidade do cuidado, permitindo que cada paciente possa ser considerado em suas múltiplas dimensionalidades. A consideração da harmonização do ser humano com a natureza, também se mostrou como um importante recurso terapêutico.

Além disso, atuação multi e transdisciplinar, tem se mostrado como um importante método de ensino no ambiente acadêmico, permitindo a troca de experiências entre os futuros profissionais de saúde, além de favorecer a construção de planos terapêuticos mais abrangentes aos pacientes assistidos.

Diante disso, incentiva-se a consideração das PICS tanto nos planejamentos terapêuticos, quanto nos cronogramas acadêmicos.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANTUNES, P. C.; FRAGA, A. B. Práticas corporais integrativas: proposta conceitual para o campo das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S. I.], v. 26, p. 4217-4232, 2021.

BRASIL. **Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde - SUS**. MINISTÉRIO DA SAÚDE, 3 maio. 2006. Acessado em 12 ago. 2023. Online. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971\\_03\\_05\\_2006.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2006/prt0971_03_05_2006.html)

CARVALHO, M. P. De, et al. O impacto da incontinência urinária e seus fatores associados em idosas. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 17, n. 4, p. 721-730, dez. 2014.

CERQUEIRA, K.M. O Papel dos Movimentos Populares na Implantação de uma Política Sanitária. **Revista Cedepem**, Pelotas, v.2, dez. 2022.

FREITAG, V.L.; BADKE M.R. **Práticas Integrativas e Complementares no SUS: o (re)conhecimento de técnicas milenares no cuidado à saúde contemporânea**. Curitiba: Nova Práxis Editorial, 2019.

MENDONÇA, F. F. et. al. Os impactos da incontinência urinária nas mulheres. **Revista Interação Interdisciplinar**, Trindade, v. único, nº 01, p.02-08, jan. - 2022

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Declaração Alma-Ata Sobre Cuidados Primários**. Alma-Ata, URSS, 12 de setembro de 1978. Acessado em 12 ago. 2023 Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao\\_alma\\_at-a.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/declaracao_alma_at-a.pdf).

RIO GRANDE DO SUL. **Atenção Básica ou Primária - Principal porta de entrada para o Sistema Único de Saúde (SUS)**. Governo do Rio Grande do Sul. 2017. Acessado em 12 ago 2023. Online. Disponível em: <https://saude.rs.gov.br/atencao-basica-ou-primaria-principal-porta-de-entrada-para-o-sistema-unico-de-saude-sus>

SOUZA, B. R. de, et. al. The influence of urinary incontinence on the quality of life of Young women: literature review . **Research, Society and Development**, [S. I.], v. 10, n. 13, p. e23101321033, 2021.

**UFPEL. Práticas Integrativas e Complementares – UBS Areal Leste.** UFPEL, Pelotas, mar. 2023. Acesso em 12 ago. 2023. Online. Disponível em: [https://dms.ufpel.edu.br/site/?page\\_id=2172](https://dms.ufpel.edu.br/site/?page_id=2172)