



**ABORDAGEM EDUCATIVA SOBRE INCONTINÊNCIA URINÁRIA NA
TERCEIRA IDADE: RELATO DE EXPERIÊNCIA PROMOVENDO
QUALIDADE DE VIDA.**

**Juliana do Nascimento Farias,¹ Capricy Batista Sousa², Ana Cecilia Pontes Ribeiro
Moreira³, Maria de Fátima Esmeraldo Ramos Figueiredo⁴, Adriana de Moraes
Bezerra⁵**

Resumo: O Programa Universidade Aberta à Terceira Idade exerce um papel de extrema relevância social, promovendo diversas atividades que fortalecem vínculos socioculturais e afetivos, além de ações voltadas diretamente à saúde e à qualidade de vida. Neste contexto, a Incontinência Urinária representa um significativo desafio de saúde pública. No grupo central desta ação educativa, composto pela população idosa, essa condição se configura como fator determinante no comprometimento da autonomia, da participação social e, sobretudo, da qualidade de vida dos indivíduos. A escassez de informações preventivas contribui para o desconhecimento sobre a condição, dificultando o diagnóstico e favorecendo o isolamento social das pessoas que convivem com ela. O estudo visa fazer um relato de experiência sobre uma ação educativa inovadora, voltada ao esclarecimento da Incontinência Urinária, executada no contexto da extensão universitária. Como metodologia, a ação educativa foi realizada por meio de um encontro presencial nas dependências da Universidade Regional do Cariri (URCA), em 13 de agosto de 2025, no período vespertino, das 14h às 16h, contando com a participação de 15 idosas. A atividade foi planejada para promover debate e troca de saberes sobre a Incontinência Urinária, sendo estruturada em duas etapas: inicialmente, ocorreu a exposição teórica sobre os fundamentos, tipos, causas, formas de tratamento e medidas preventivas relacionadas à incontinência urinária e fecal, seguida da realização de exercícios práticos de fortalecimento do assoalho pélvico. Durante o encontro, foi realizada uma dinâmica final interativa de perguntas e respostas com o objetivo de avaliar a compreensão das participantes e a eficácia da metodologia, estimulando o aprendizado, a proatividade e o autocuidado. Os resultados evidenciaram que a ação se configurou como uma estratégia de educação em saúde de grande efetividade, promovendo aumento do conhecimento sobre a temática e incentivando práticas de autocuidado. Conclui-se que a experiência teve potencial transformador como ação extensionista, consolidando-se como uma ferramenta eficaz para a promoção de informação qualificada, contribuindo

¹ Bolsista, Regional do Cariri, Curso: Direito email: juliana.farias@urca.br

² Bolsista, Universidade Curso: Enfermagem Regional do Cariri, email: capricy.batista@urca.br

³ Bolsista Universidade Regional do Cariri, Curso: Enfermagem email: anacecilia.ribeiro@urca.br

⁴ Coordenadora do Projeto Universidade Regional do Cariri, Departamento de Enfermagem, email: fatima.figueiredo@urca.br

⁵ Coordenadora do Projeto Universidade Regional do Cariri, email: Departamento de Enfermagem, Adriana.bezerra@urca.br



Significativamente para a melhoria da qualidade de vida, autonomia e dignidade das idosas participantes.

Palavras-chave: Incontinência Urinária. Terceira Idade. Qualidade de Vida. Educação em Saúde.

