



DOI: <https://doi.org/10.58871/conimaps2025.c33>

**RESSIGNIFICANDO AS SALAS DE ESPERA: AÇÃO EDUCATIVA SOBRE INCONTINÊNCIA URINÁRIA EM UM DIA DE COLETA DE CITOLOGIA NA ATENÇÃO BÁSICA.**

**REDEFINING WAITING ROOM: EDUCATIONAL ACTION ON URINARY INCONTINENCE ON A CYTOLOGY COLLECTION DAY IN PRIMARY CARE.**

**LARISSA FONSECA GUEDES NOBRE**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**ANA CAROLINA MONTEIRO ALVES**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**ESDRAS MARIA AMORIM BEZERRA**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**LAÍS BORBA DO NASCIMENTO**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**MARIA APARECIDA RAIMUNDO E SILVA**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**MARIA EDUARDA SILVA GOMES**

Acadêmica do curso de Fisioterapia vinculada pela Universidade Estadual da Paraíba

**FÁTIMA DANIELA LUCIO DE AMORIM**

Professora do Departamento de Fisioterapia - UEPB; Mestra em Fisiologia Humana -UFPE

**MIRELLY DOS SANTOS ABILIO**

Professora do Departamento de Fisioterapia - UEPB; Mestra em Saúde Pública - UEPB

**YVINNA TAMIRIS RODRIGUES**

Professora do Departamento de Fisioterapia - FACISA/UFRN; Doutora em Fisioterapia - UFRN

**RESUMO**

Este estudo teve como objetivo relatar uma ação educativa sobre incontinência urinária (IU) realizada em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) durante a espera de atendimentos ginecológicos, com foco na promoção da saúde e prevenção dessa condição entre as mulheres. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, com abordagem qualitativa, conduzido por discentes de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba sob supervisão docente. A intervenção ocorreu no dia 28 de abril de 2025, na UBS João Rique, em Campina Grande-PB, sendo direcionada a cerca de 16 mulheres acima de 30 anos, incluindo gestantes, puérperas e mulheres em climatério. A atividade consistiu em uma apresentação oral, entrega



de cartilha educativa, realização de quiz interativo e demonstração de exercícios fisioterapêuticos, com duração média de 10 minutos. Os resultados indicaram que o ambiente da sala de espera se mostrou eficaz como espaço educativo, proporcionando troca de saberes e maior conscientização sobre a IU. A participação ativa e os relatos espontâneos revelaram o impacto positivo da ação, apesar de ainda haver certo constrangimento relacionado ao tema. A ação evidenciou a importância da abordagem sensível e acessível para romper o silêncio que envolve a incontinência urinária, favorecendo o autocuidado e a busca por atendimento qualificado. Como limitação, destaca-se a ausência de instrumentos formais de avaliação da eficácia da intervenção e o número reduzido de participantes. Conclui-se que iniciativas educativas simples e de baixo custo, como esta, são replicáveis e eficazes na Atenção Básica, sendo recomendadas para outras temáticas de saúde feminina.

**Palavras-chave:** educação em saúde; incontinência urinária; atenção básica.

### ABSTRACT

This study aimed to report a health education action on urinary incontinence (UI) carried out in a Primary Health Care Unit (PHCU) during the waiting period for gynecological appointments, focusing on health promotion and prevention of this condition among women. This is a descriptive study, in the form of an experience report, with a qualitative approach, conducted by undergraduate Physical Therapy students from the State University of Paraíba under academic supervision. The intervention took place on April 28, 2025, at the João Rique PHCU in Campina Grande, Paraíba, and was directed at approximately 16 women over the age of 30, including pregnant, postpartum, and climacteric women. The activity consisted of an oral presentation, distribution of an educational leaflet, an interactive quiz, and demonstration of physiotherapeutic exercises, lasting an average of 10 minutes. The results indicated that the waiting room environment proved to be effective as an educational space, providing knowledge exchange and greater awareness about UI. Active participation and spontaneous testimonials revealed the positive impact of the action, despite a certain level of embarrassment still associated with the topic. The action highlighted the importance of a sensitive and accessible approach to break the silence surrounding urinary incontinence, promoting self-care and encouraging the pursuit of qualified healthcare. As limitations, the lack of formal tools to evaluate the effectiveness of the intervention and the small number of participants are noted. It is concluded that simple and low-cost educational initiatives such as this are replicable and effective in Primary Health Care, and are recommended for other women's health topics.

**Keywords:** health education; urinary incontinence; primary health care.

## 1 INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS) é a principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) e desempenha um papel central na organização das redes de atenção à saúde no Brasil. Segundo a Política Nacional de Atenção Básica (PNAB), a APS é caracterizada por um conjunto de ações de promoção, prevenção, diagnóstico, tratamento, reabilitação, redução de danos, cuidados paliativos e vigilância em saúde, realizadas por meio de práticas integrais e contínuas, desenvolvidas por uma equipe multiprofissional em um território definido (Brasil, 2017). Entre seus atributos estão o acesso de primeiro contato, a longitudinalidade, a



integralidade e a coordenação do cuidado, os quais garantem uma atenção contínua centrada nas necessidades dos usuários. Os atributos reforçam a capacidade da APS de atuar de forma próxima e sensível às realidades locais. Nesse contexto, espaços como a sala de espera das Unidades Básicas de Saúde (UBS) se mostram estratégicos para fortalecer a educação em saúde, o vínculo entre usuários e profissionais e a efetividade das ações da APS.

A incontinência urinária (IU) feminina tem causas multifatoriais, sendo frequentemente associada a eventos fisiológicos e condições clínicas como gestação, parto vaginal, menopausa, obesidade, fraqueza do assoalho pélvico e doenças neurológicas (Silva, *et al.*, 2020). Além dos fatores anatômicos e hormonais, o envelhecimento também contribui para a perda da força muscular e da elasticidade dos tecidos, agravando a sintomatologia urinária. A mesma impacta negativamente a funcionalidade e a qualidade de vida das mulheres, interferindo em atividades básicas do cotidiano, relações sociais, autoestima e saúde mental. Muitas mulheres relatam sentimentos de vergonha, isolamento e constrangimento, o que pode levar à evitação de atividades físicas, sociais e até profissionais (Barroso,; Santos, 2019). Apesar de tratável, o preconceito e a banalização dos sintomas ainda impedem a busca por ajuda, evidenciando a necessidade de ações educativas e acolhedoras nos serviços de saúde, especialmente na atenção primária.

A Atenção Básica desempenha papel estratégico na prevenção e manejo da incontinência urinária, ao atuar de forma integral e contínua na promoção da saúde da mulher. Por meio de ações educativas, identificação precoce de sintomas e encaminhamento adequado, é possível minimizar os fatores de risco associados à IU, como obesidade, sedentarismo, partos múltiplos e envelhecimento (Brasil, 2017). Dentro desse contexto, a sala de espera nas Unidades Básicas de Saúde (UBS) configura-se como um espaço privilegiado para ações educativas em saúde, sendo definida como um momento oportuno para dialogar com os usuários, esclarecer dúvidas, promover autocuidado e fortalecer o vínculo com a equipe multiprofissional (Santos *et al.*, 2020). A utilização da sala de espera como estratégia educativa justifica-se pela sua acessibilidade, alcance e potencial de transformar um tempo ocioso em aprendizado significativo, sobretudo em temas pouco discutidos como a incontinência urinária, contribuindo para a redução do estigma e incentivando a busca por cuidados adequados.

Dessa maneira, a sala de espera referente a incontinência urinária (IU) se apresentou necessária pois é uma condição de saúde comum entre as mulheres, especialmente nas idosas, sendo frequentemente subnotificada e negligenciada devido ao estigma social, à desinformação e à naturalização dos seus sintomas. Estudos recentes indicam que a prevalência da IU pode atingir até 50% das mulheres adultas, variando conforme a idade, paridade e outros fatores de



risco (Lopes *et al.*, 2021). Apesar desse impacto significativo, muitas mulheres deixam de buscar tratamento por acreditarem que a condição é uma consequência natural do envelhecimento ou de eventos fisiológicos como a gestação e o parto. A escolha deste tema surgiu da constatação de uma lacuna nas práticas educativas voltadas à saúde da mulher no contexto da Atenção Primária à Saúde (APS), especialmente no uso estratégico da sala de espera, que poderia ser potencializada como um espaço para ações de educação em saúde e sensibilização sobre o tema.

Democratizar o acesso à informação em saúde, enfrentando tabus e estimulando o autocuidado por fortalecer a autonomia de mulheres e capacitar o território tornando-o capaz de identificar e agir precocemente em situações de saúde como a em questão. Para promover o protagonismo feminino, se faz importante reforçar práticas educativas em saúde na atenção básica, reafirmando a importância de estratégias de baixo custo, acessíveis e replicáveis. Destacando a sala de espera como espaço de educação em saúde, favorecemos a construção coletiva de saberes e o rompimento de silêncios que cercam condições como a IU (Lima; Azevedo; Maia, 2021).

O presente estudo parte da hipótese de que a utilização da sala de espera como espaço educativo pode contribuir de forma significativa para o esclarecimento, prevenção e tratamento da incontinência urinária feminina, ao proporcionar um ambiente acessível, acolhedor e de diálogo aberto. O objetivo foi relatar a experiência de uma ação educativa sobre IU realizada em um dia de coleta de citologia em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), com foco na sensibilização e empoderamento das mulheres por meio de orientações fisioterapêuticas.

## **2 METODOLOGIA**

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, com abordagem qualitativa, desenvolvido por quatro discentes do curso de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB), sob orientação, na Unidade Básica de Saúde (UBS) João Rique, localizada no bairro Bodocongó, no município de Campina Grande, estado da Paraíba.

A ação educativa foi realizada na tarde do dia 28 de abril de 2025, durante o período de espera de atendimentos ginecológicos, como a coleta de exame citopatológico. O público-alvo foi composto majoritariamente por mulheres adultas, aproximadamente dezesseis, com idade acima de 30 anos, incluindo gestantes, puérperas e mulheres em climatério. A atividade teve como temática central a incontinência urinária, com o objetivo de promover orientações



sobre os sinais e sintomas da condição, causas possíveis, tipos mais comuns, formas de prevenção e tratamento, com ênfase na atuação fisioterapêutica.

A intervenção foi organizada de forma didática e participativa, com duração aproximada de 10 minutos, a fim de respeitar o tempo de permanência do público na sala de espera e evitar dispersões. Inicialmente, foi realizada uma breve apresentação oral sobre o tema, acompanhada da distribuição de uma cartilha educativa intitulada "Incontinência Urinária: Dicas e Práticas Fisioterapêuticas", (Figuras 1 e 2) elaboradas pelas discentes com base em artigos científicos encontrados em bases como a PubMed. (Correa, Moreira e Garcez, 2015; Ramos e Oliveira, 2010; Saboia *et al.*, 2017; e Toloza, Cogollo e García, 2024).

A construção do material ocorreu em dois momentos: primeiro, foi construído um esboço da cartilha no Google Docs e, em seguida, com a foi produzida a versão no Canva. O conteúdo da cartilha foi dividido em sete tópicos principais: definição da incontinência urinária, tipos mais comuns, sinais de alerta, o que fazer ao notar os sintomas, possíveis causas, dicas de exercícios fisioterapêuticos e a sugestão de um aplicativo gratuito e acessível para acompanhamento da condição em casa. O material foi revisado pela docente supervisora, que aprovou sua versão final.

**Figura 1** - Frente da cartilha elaborada para a ação educativa.



Fonte: autoria própria (2025).

**Figura 2** - Verso da cartilha elaborada para a ação educativa.



Fonte: autoria própria (2025).

Após a explicação dos tópicos contidos na cartilha, foi aplicado um quiz com cinco perguntas sobre o tema. As participantes receberam placas verdes e vermelhas para sinalizar as respostas como “verdadeiro” ou “falso”. Dentre as questões apresentadas estavam: “os escapes de urina são normais após o parto?” e “incontinência urinária é um problema que acomete apenas pessoas idosas?”. A dinâmica foi pensada para promover o engajamento e facilitar a fixação dos conteúdos.

Na sequência, foram demonstrados dois exercícios fisioterapêuticos de Kugel, indicados para mulheres com sintomas leves ou em processo preventivo. O primeiro exercício consistia na contração do assoalho pélvico com uma almofada posicionada entre as pernas, realizado em decúbito dorsal sobre a cama, sofá ou colchonete. O segundo exercício envolvia a ativação dos músculos do assoalho pélvico durante a respiração. Por fim, foi feita a entrega de um brinde simbólico (uma unidade de chocolate Bis) às mulheres que permaneceram até o final da ação. As participantes foram ainda incentivadas a buscar atendimento médico e fisioterapêutico especializado, reforçando a importância do diagnóstico precoce e do cuidado



profissional. A ação buscou promover um momento leve, informativo e humanizado, respeitando a rotina da unidade e a disponibilidade do público.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A atenção básica é a porta de entrada preferencial dos usuários ao Sistema Único de Saúde (SUS), tendo como objetivo a garantia do acesso aos serviços de saúde com o intuito de promover, proteger, prevenir, diagnosticar, tratar, reabilitar, além da manutenção da saúde da população (Giovanella, 2018). Nesse contexto, estratégias de educação em saúde são fundamentais para ampliar o acesso da população a informações relevantes, que são cercadas por tabus, como a IU.

A atividade realizada na sala de espera da UBS, contemplou um público diversificado, com diferentes faixas etárias, condições sociais e culturais. Assim, favoreceu a troca de experiências e saberes, característica marcante desse tipo de ambiente. De acordo com Feitosa *et al* (2022), a sala de espera, tradicionalmente percebida como um espaço de passagem, pode ser ressignificada como um ambiente educativo. Por congrega diferentes perfis de usuários, ela se torna um cenário privilegiado para a promoção da educação em saúde, favorecendo a construção coletiva de saberes, a troca de experiências e o fortalecimento de vínculos entre profissionais e comunidade.

A educação em saúde, por meio das salas de espera, permite aos usuários a troca de conhecimentos, costumes, ideias, mitos e tabus, que compõem a subjetividade coletiva. Desse modo, os temas precisam ser compreendidos e abordados de modo sensível e dinâmico na prática educativa (Lima, Azevedo e Maia, 2021).

A atividade transcorreu de forma fluida, sem intercorrências ou resistências explícitas por parte das participantes. No entanto, observou-se certa reserva por parte do público, possivelmente relacionada ao tabu que envolve a temática da IU. Ainda assim, mesmo com pouca verbalização, a atenção contínua e os olhares atentos sinalizaram interesse e envolvimento com o conteúdo. Para manejar essas situações, a equipe adotou uma postura flexível e empática, permitindo pausas durante as perguntas e utilizadas abordagens mais indiretas, como exemplos do cotidiano, para facilitar a identificação com o tema e diminuir o constrangimento. Além disso, estimulou-se a escuta ativa e reforçou-se que o espaço era seguro e livre de julgamentos, o que contribuiu para que as participantes se sentissem à vontade.

Um dos momentos mais importante ocorreu ao final da atividade, quando uma das participantes compartilhou espontaneamente seus sintomas, procurando a equipe em caráter



reservado, relatando que apresentava sintomas de IU. Em voz baixa, confidenciou: “Acontece isso comigo... Achei que fosse normal da idade”. Esse relato demonstra de forma concreta como a intervenção educativa foi capaz de mobilizar a escuta e a quebra de um silêncio construído ao longo do tempo, permitindo que a participante identificasse seus sintomas como parte de uma condição passível de cuidado e acompanhamento profissional.

A situação evidencia que, embora muitas vezes negligenciado, o tema pode emergir quando abordado em grupo e de forma sensível, gerando impacto individual relevante ao estimular o reconhecimento da própria condição e a busca por orientação profissional. Segundo *Alves et al. (2023)*, o acesso à informação, quando associado a uma escuta acolhedora e qualificada, é capaz de mobilizar o cuidado, fortalecer o vínculo com os serviços de saúde e romper a invisibilidade que ainda cerca essa condição. Portanto, a fala da participante mostra como o tema ainda é cercado por desinformação e naturalizado no cotidiano de muitas mulheres, o que reforça a importância de abordá-lo em espaços acessíveis, como a sala de espera.

A abordagem da IU na Atenção Primária à Saúde, especialmente por meio de ações educativas, revela-se fundamental para ampliar o reconhecimento dessa condição e incentivar o autocuidado. Além disso, contribui para desconstruir o silêncio que é construído em torno do tema, frequentemente invisibilizado pelo constrangimento e pela percepção equivocada de que se trata de um aspecto natural do envelhecimento (*Pereira; Ribeiro, 2023*). Muitas mulheres silenciam seus sintomas por vergonha ou por acharem que são normais para sua idade, o que dificulta o diagnóstico precoce e o acesso ao tratamento adequado. Essa naturalização reforça a importância de ações educativas que abordem o tema de forma clara e acolhedora. Tornar o tema visível é essencial para promover o autocuidado e o acesso ao tratamento.

Além de abordar conceitos gerais sobre a IU, a atividade buscou enfatizar de forma mais específica o papel da fisioterapia no manejo dessa condição, com foco na fisioterapia pélvica. A demonstração de exercícios durante a sala de espera não se restringiu a uma orientação pontual, mas funcionou como estratégia educativa para desmistificar a ideia de que a IU é um processo irreversível ou exclusivo da faixa etária avançada. Ao apresentar técnicas simples de fortalecimento do assoalho pélvico, destacou-se que a fisioterapia oferece um tratamento efetivo, não invasivo e acessível, reforçando sua importância dentro da Atenção Primária à Saúde. Conforme apontam *Malinauskas e Torelli (2022)*, o fisioterapeuta desempenha um papel essencial no manejo da IU na atenção primária à saúde, sendo reconhecido como o profissional apto a conduzir as intervenções iniciais e, muitas vezes, atuar como a porta de entrada do paciente nesse nível de assistência.



A fisioterapia desempenha um papel relevante nas equipes multidisciplinares no âmbito da saúde da mulher, especialmente no que se refere ao tratamento de disfunções relacionadas ao assoalho pélvico. A fisioterapia pélvica, embora ainda seja uma área pouco difundida entre pacientes e até mesmo entre profissionais de saúde, vem ganhando reconhecimento e ampliando sua atuação nos últimos anos (Trindade *et al.*, 2020).

Realizou-se uma atividade didática e interativa, por meio da aplicação de um quiz, que evidenciou o desconhecimento das participantes, as quais erraram questões simples relacionadas a sintomas, prevenção e tratamento da IU. Isso demonstra que, mesmo convivendo com a condição, muitas mulheres ainda não reconhecem ou compreendem adequadamente seus sinais. Corroborando com Teixeira e colaboradores (2024), às mulheres, em sua maioria, não conhecem formas de tratamento e prevenção, sendo está uma das razões para não procurarem ajuda profissional. O conhecimento deficiente ou errôneo pode também contribuir para que não valorize e priorize o tratamento da IU.

A literatura também destaca que, além do comprometimento físico, a IU pode provocar alterações em diversos aspectos na vida, como psicológico, social, ocupacional, doméstico que afetam diretamente a autoestima e as atividades diárias das mulheres acometidas (Aguiar *et al.*, 2022). O silêncio prolongado, alimentado pelo tabu, contribui diretamente para o atraso no diagnóstico e no início do tratamento, afetando a qualidade de vida das mulheres.

Nesse sentido, ao estimular a autonomia, a tomada de decisões informadas e o protagonismo no cuidado com a própria saúde, a prática educativa rompe com modelos centrados apenas na doença, favorecendo vínculos mais humanizados e eficazes. Portanto, é fundamental ressignificar o cuidado, compreendendo-o como um processo construído na relação entre profissionais e usuários, pautado no acolhimento, no vínculo e na responsabilização. Essa perspectiva reconhece os indivíduos como participantes ativos na produção do cuidado, fortalecendo sua autonomia e ampliando a resolutividade das ações em saúde (Januário *et al.*, 2023).

A sala de espera demonstrou ser um espaço educativo eficaz, capaz de ressignificar o tempo de espera em momentos de acolhimento, diálogo e construção coletiva de saberes. Ao reunir perfis diversos, esse ambiente mostrou-se propício para o compartilhamento de experiências e para o enfrentamento de tabus, como a IU. A abordagem leve, acessível e dialógica permitiu a criação de um espaço acolhedor, onde mesmo temas sensíveis puderam emergir com naturalidade. Por ser uma ação simples, acessível e de baixo custo, essa iniciativa possui grande potencial de replicação em outras unidades da Atenção Primária à Saúde.

A experiência vivenciada reforça o valor das práticas educativas no cotidiano dos



serviços de saúde, evidenciando a importância da escuta e do diálogo com os usuários. Evidencia-se a necessidade de capacitar as equipes para que estejam aptas a conduzir atividades educativas de forma a promover o protagonismo dos sujeitos. Além disso, destaca-se a importância da escuta qualificada como ferramenta central para abordar temas de saúde frequentemente silenciados. Ao valorizar o vínculo, o acolhimento e o respeito às vivências individuais, a prática educativa se torna um caminho eficaz para ampliar o acesso à informação, fortalecer o autocuidado, autonomia e promover o cuidado.

Como limitação do estudo, destaca-se a ausência de uma avaliação formal do impacto da ação a longo prazo, o que impede a mensuração objetiva de mudanças no comportamento das participantes após a intervenção. Além disso, o número reduzido de participantes e o caráter pontual da atividade limitam a generalização dos resultados.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A ação educativa sobre incontinência urinária, realizada na sala de espera de uma Unidade Básica de Saúde, demonstrou-se uma estratégia eficaz e viável para a promoção da saúde feminina. A abordagem acessível, interativa e acolhedora possibilitou a troca de saberes, o esclarecimento de dúvidas e o rompimento de tabus relacionados à condição, além de estimular o autocuidado e a busca por atendimento profissional.

A sala de espera, tradicionalmente subutilizada, foi ressignificada como um espaço potente de educação em saúde, promovendo o empoderamento das mulheres e fortalecendo o vínculo entre usuários e profissionais. Iniciativas como essa, de baixo custo e fácil execução, mostram-se replicáveis em diversos contextos da Atenção Primária à Saúde, contribuindo para tornar visíveis demandas frequentemente negligenciadas, como a IU. Apesar das limitações quanto ao número de participantes e à ausência de avaliação formal do impacto a longo prazo, a experiência reforça o papel fundamental da educação em saúde como ferramenta transformadora nos serviços públicos, especialmente quando aliada a práticas sensíveis e participativas.

#### **REFERÊNCIAS**

AGUIAR, J. S. *et al.* Perfil dos pacientes com incontinência urinária atendidos na área de fisioterapia uroginecológica em uma clínica escola. **Research, Society and Development**, 11(13), 1-8. 2022.



ALVES, L. T. *et al.* O acolhimento humanizado na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Revista Ciências da Saúde**, v. 27, n. 126, 2023.

BARROSO, M. F. P.; SANTOS, M. L. S. Impactos da incontinência urinária na qualidade de vida de mulheres adultas. **Revista Brasileira de Promoção da Saúde**, Fortaleza, v. 32, p. 1-8, 2019. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/7770>. Acesso em: 18 jul. 2025.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política Nacional de Atenção Básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_atencao\\_basica\\_2006.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_basica_2006.pdf). Acesso em: 18 jul. 2025.

CORREA, Jéssica Nayara; MOREIRA, Bianca de Paula; GARCEZ, Valéria Ferreira. Ganho de força muscular do diafragma pélvico após utilização dos métodos Pilates ou Kegel em pacientes com incontinência urinária de esforço. **Uningá Review**, v. 23, n. 2, 2015.

FEITOSA, A. L. F. *et al.* Sala de espera: estratégia de educação em saúde no contexto da atenção básica. **Revista Brasileira de Educação e Saúde – REBES**, v. 12, n. 3, p. 120–130, 2022.

GIOVANELLA, L. Atenção básica ou atenção primária à saúde? **Cadernos de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 34, n. 8, p. 1–5, 2018.

JANUÁRIO, T. G. F. M. *et al.* Listening and valuing clients: conceptions and practices in the care management in the Family Health Strategy. **Ciencia & saude coletiva**, v. 28, n. 8, p. 2283–2290, 2023.

LIMA, A. M. P.; AZEVEDO, T. M.; MAIA, A. H. N. Sala de espera em uma UBS: da troca de saberes à conscientização. **Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)**, v. 8, n. 8, p. 10, 2021.

LOPES, M. H. B. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à incontinência urinária feminina em serviços de atenção primária. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, São Paulo, v. 55, e03734, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reensp/a/B3cbKtMH7QyB8WbNFdWbYxK/>. Acesso em: 18 jul. 2025.

MALINAUSKAS, A. P; TORELLI, L. Atuação da fisioterapia na incontinência urinária em mulheres na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Revista Baiana de Saúde Pública**. v. 46, n. 2, p. 171-183, 2022.

PEREIRA, E. G.; RIBEIRO, A. M. Prevenção da incontinência urinária feminina na atenção primária: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Saúde Funcional**, [S. l.], v. 3, n. 13, p. 47–53, 2023.

RAMOS, Aline Leite; DE CASTRO OLIVEIRA, Alessandra Andréa. Incontinência urinária em mulheres no climatério: efeitos dos exercícios de Kegel. **Revista Hórus**, v. 5, n. 02, p. 264-275, 2010.

SABOIA, Dayana Maia *et al.* Impact of urinary incontinence types on women's quality of life. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 51, p. e03266, 2017.



SILVA, D. C. R. et al. Fatores associados à incontinência urinária em mulheres: uma revisão integrativa. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, Recife, v. 14, n. 1, p. 1-9, 2020.  
Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/243501>.  
Acesso em: 18 jul. 2025.

TEIXEIRA, T. da C. et al. Incontinência urinária de esforço em mulheres: uma revisão literária. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 8, p. 3316–3330, 2024.

TRINDADE, S.; LUZES, R. Atuação do fisioterapeuta nas disfunções sexuais femininas. **Alumni Revista Discente da UNIABEU**, 5(9), 1-6, 2020.

TOLOZA, SC Mantilla; COGOLLO, AF Villareal; GARCÍA, KM Peña. Pelvic floor training to prevent stress urinary incontinence: A systematic review. *Actas Urológicas Españolas (English Edition)*, v. 48, n. 4, p. 319-327, 2024.