RESIC
Revista dos Seminários de Iniciação Científica
Edição Especial - Passos MG
2026

Promoção da saúde perineal na Atenção Primária: estratégias educativas

Ana Clara Marques Machado; Aline Mayra Costa; Elexandra Helena Bernardes Queiroz

Introdução

O períneo corresponde à região anatômica situada na porção inferior do tronco, constituída, em seu plano profundo, pelo assoalho pélvico, conjunto que reúne os músculos levantador do ânus e isquiococcígeo e as fáscias musculares responsáveis pela sustentação e pela funcionalidade do segmento (Dalley II; Agur; Moore, 2024; Fahmy; Sanganéria; Munakomi, 2022). Suas funções são interdependentes e alcançam a sustentação dos órgãos pélvicos, o mecanismo esfincteriano de controle da micção e da defecação, a resposta sexual feminina e a passagem fetal durante o parto vaginal (Nguyen; Fakoya; Duong, 2025; Okeahialam; Sultan; Thakar, 2024).

A relevância epidemiológica do tema decorre da elevada frequência das disfunções dessa musculatura. Estimativas populacionais de múltiplos países situam a maior parte das prevalências de incontinência urinária feminina entre 25% e 45%, com aumento progressivo conforme a idade (Milsom; Gyhagen, 2019).

A despeito da existência de intervenções eficazes e de baixo custo, a procura por assistência permanece reduzida. Estudo com usuárias de unidade básica verificou que 45,7% das mulheres incontinentes desconheciam qualquer forma de tratamento e que 65,7% não haviam buscado atendimento, alegando principalmente considerar normal a perda de urina (Silva; Lopes, 2009). A barreira transcende o nível educacional, uma vez que, entre profissionais de enfermagem com incontinência urinária, 79% não haviam procurado tratamento médico.

Nesse contexto, a sala de espera da Atenção Primária destaca-se como território pedagógico viável, por reunir pessoas sem vínculo prévio em um tempo ocioso passível de conversão em oportunidade educativa (Zambenedetti, 2012).

Assim, este estudo teve por objeto promover ação de educação em saúde voltada à saúde perineal de mulheres usuárias da Atenção Primária à Saúde, visando à prevenção de disfunções, ao fortalecimento do autocuidado e à melhoria da qualidade de vida.

Metodologia

Trata-se de um relato de intervenção, desenvolvido no âmbito de projeto de iniciação científica com caráter extensionista. A condução pedagógica orientou-se pela perspectiva dialógica.

A obtenção de anuência institucional precedeu a execução, com autorização da enfermeira Coordenadora da Atenção Primária à Saúde para a realização da atividade no sábado destinado à coleta do Exame de Papanicolaou, à inserção de implante contraceptivo subdérmico, dentre outras atividades ofertadas a comunidade em geral.

No dia previsto a intervenção foi executada, com a presença e participação de treze mulheres e dois homens, organizadas em dois grupos definidos pelo motivo de permanência na unidade: o Grupo 1, com quatro mulheres que aguardavam o procedimento de inserção de implante contraceptivo subdérmico, e o Grupo 2, com nove mulheres e dois homens que aguardavam atendimento médico geral. Na etapa preparatória, foram produzidos folders educativos, slides ilustrativos da pelve feminina

e cartazes de divulgação. O contato com cada grupo teve duração média de vinte a trinta minutos e seguiu roteiro pedagógico sequencial composto por sondagem inicial, exposição dialogada teórica visual, desconstrução de mitos, oficina de fortalecimento, prática guiada com correções e pactuação de meta. A avaliação ocorreu por escuta qualificada, relatos verbais espontâneos e observação ativa.

Resultados e discussão

A sondagem inicial revelou que apenas uma mulher por grupo sabia o que era e a localização do períneo, de modo que, entre as treze participantes, onze não identificavam a estrutura. O saber demonstrado pelas duas mulheres restantes derivava de vivências clínicas: procura por atendimento devido a escapes urinários e experiência de familiares submetidos a intervenção cirúrgica perineal, e não de informação preventiva. O achado dialoga com revisão sistemática segundo a qual cerca de 77% das mulheres com disfunções do assoalho pélvico apresentam consciência deficiente dessa musculatura (Díaz-Álvarez et al., 2022) e indica que, nessa população, o períneo só se converte em objeto de discurso depois de transformado em problema.

Na etapa de desconstrução de mitos, a maioria das participantes relatou acreditar que o escape urinário constitui consequência natural, percepção confrontada com o esclarecimento de que a perda decorre do enfraquecimento das fibras musculares e caracteriza disfunção passível de tratamento. Quatro das treze mulheres relataram espontaneamente episódios prévios de escape urinário. A emergência desses relatos após pergunta dirigida ao coletivo sugere que a escuta compartilhada operou como dispositivo de legitimação da queixa.

Durante a prática guiada, verificou-se a necessidade de auxílio individualizado às mulheres com dificuldade na propriocepção do movimento. A meta de execução dos exercícios de uma a três vezes ao dia obteve aprovação unânime, e as participantes com relato de escapes foram orientadas a buscar agendamento com o médico da unidade.

Considerações Finais

A intervenção evidenciou déficit expressivo de informação anatômica e naturalização de sintomas de disfunção do assoalho pélvico entre as usuárias alcançadas, configurando problema de saúde pública de resolução educacional: sem nome e sem localização, a estrutura não pode ser objeto de queixa, e o sintoma permanece fora do encontro clínico. A sala de espera mostrou-se cenário viável, de baixo custo e de rápida implementação, desde que preservada a lógica dialógica.

Para as acadêmicas, a experiência correspondeu ao que a extensão universitária se propõe a produzir, ao articular planejamento, produção de material didático, mobilização comunitária e execução em campo, com contato direto com as condições concretas de vida e de conhecimento das mulheres atendidas na rede pública.

Referências

DALLEY II, A. F.; AGUR, A. M. R.; MOORE, A. F. Anatomia orientada para a clínica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2024.

DÍAZ-ÁLVAREZ, L. et al. Does the contractile capability of pelvic floor muscles improve with knowledge acquisition and verbal instructions in healthy women? A systematic

review. International Journal of Environmental Research and Public Health, v. 19, n. 15, p. 9308, 2022.
FAHMY, M. W.; SANGANÉRIA, T.; MUNAKOMI, S. Anatomy, abdomen and pelvis: superficial perineal space. Treasure Island: StatPearls Publishing, 2022.
MILSOM, I.; GYHAGEN, M. The prevalence of urinary incontinence. Climacteric, v. 22, n. 3, p. 217-222, 2019.
NGUYEN, J. D.; FAKOYA, A. O.; DUONG, H. Anatomy, abdomen and pelvis: female external genitalia. Treasure Island: StatPearls Publishing, 2025.
OKEAHIALAM, N. A.; SULTAN, A. H.; THAKAR, R. The prevention of perineal trauma during vaginal birth. American Journal of Obstetrics and Gynecology, v. 230, n. 3, p. S991-S1004, 2024.
SILVA, L.; LOPES, M. H. B. M. Incontinência urinária em mulheres: razões da não procura por tratamento. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 43, n. 1, p. 72-78, 2009.
ZAMBENEDETTI, G. Sala de espera como estratégia de educação em saúde no campo da atenção às doenças sexualmente transmissíveis. Saúde e Sociedade, v. 21, n. 4, p. 1075-1086, 2012.