Título:	**AVALIAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA E MANEJO TERAPÊUTICO DA INCONTINÊNCIA URINÁRIA MISTA: ESTUDO DE CASO**		
Autores:	Leonarda Monalisa Krummenauer Polliana Radtke dos Santos Patrik Nepomuceno		
Área	[ ] Humanas [ ] Sociais Aplicadas [X] Biológicas e da Saúde [ ] Exatas, da Terra e Engenharias	Dimensão:	[X] Ensino [ ] Pesquisa [ ] Extensão [ ] Inovação

Resumo:
Introdução: A incontinência urinária mista (IUM) caracteriza-se pela associação de perdas urinárias por esforço e urgência, sendo uma condição que pode causar impactos físicos, emocionais e psicossociais, além de comprometer significativamente a qualidade de vida das mulheres. O planejamento fisioterapêutico personalizado busca reduzir os episódios de perda urinária, promover a recuperação e a adequada funcionalidade da musculatura do assoalho pélvico (MAP) e, consequentemente, contribuir para a melhora da qualidade de vida das mulheres acometidas pela condição. **Objetivo**: Descrever os achados da avaliação fisioterapêutica de uma paciente com queixas sugestivas de IUM, enfatizando as alterações relacionadas à funcionalidade da MAP e o manejo terapêutico. **Metodologia**: Trata-se de um estudo de caso descritivo, realizado a partir da avaliação fisioterapêutica de uma paciente de 38 anos, do sexo feminino, solteira, do lar, encaminhada para atendimento devido às queixas urinárias sugestivas de IUM. Inicialmente, foram coletadas informações referentes à queixa principal, história da doença atual e pregressa, medicamentos, histórico obstétrico e tratamentos anteriores. Também foram investigados os hábitos miccionais, sexuais e evacuatórios, incluindo frequência urinária, noctúria, comportamento durante a micção, episódios e características das perdas urinárias, atividade sexual e possíveis sintomas associados, além da frequência evacuatória, escala de Bristol, presença de tenesmo e algias. Em seguida, foi realizado o exame físico da região íntima e aplicação do esquema PERFECT, além da análise da mobilidade dos quadris, alterações posturais e cicatrizes na região abdominopélvica. **Resultados**: Na avaliação postural, observou-se escoliose leve e ombros protusos. Também foi identificada redução na mobilidade do quadril e presença de cicatrizes na região abdominopélvica, porém sem alterações. Durante o exame físico, constatou-se tensão da MAP superficial e profunda, associada a dor moderada. O PERFECT revelou: contração perineal presente com resistência não opositora à palpação (P: grau 3); sustentação de 9 segundos (E: 9s); 8 repetições (R: 8); 8 contrações rápidas em 10 segundos (F: 8); elevação da parede posterior presente (E: presente); co-contração de músculos acessórios (abdômen e glúteos) presente (C: presente); e contração involuntária da MAP durante a tosse ausente (T: ausente). Além disso, verificou-se dificuldade de coordenação da MAP durante contração e relaxamento em 3 tempos. Diante dos achados obtidos na avaliação fisioterapêutica, foram estabelecidos os objetivos terapêuticos e as respectivas condutas clínicas, que incluem a estimulação transcutânea do nervo tibial posterior, terapia comportamental, massagem perineal e técnicas de relaxamento da MAP, laserterapia, treinamento dos músculos do assoalho pélvico e utilização de biofeedback,

visando à reabilitação da paciente. **Conclusão**: A avaliação fisioterapêutica individualizada possibilitou identificar importantes disfunções da MAP, especialmente a presença de dor e tensão muscular, associadas ao quadro de incontinência urinária mista apresentado pela paciente. Esses achados reforçam a relevância da avaliação fisioterapêutica individualizada para a identificação dos fatores relacionados às queixas urinárias, contribuindo para a definição de uma conduta terapêutica personalizada e direcionada às necessidades específicas da paciente.

Link do Vídeo:
https://drive.google.com/file/d/1HnBe_quduTkFEzRRqV48Rv4HuvvbzTD1/view?usp=sharing