

FISIOTERAPIA DEL SUELO PÉLVICO

Cuida tu salud íntima con profesionales especializados

¿Qué es la Fisioterapia Ginecológica?

La fisioterapia ginecológica es una especialización que se centra en la prevención, tratamiento y rehabilitación de disfunciones del suelo pélvico. Esta disciplina utiliza técnicas manuales, ejercicios terapéuticos y educación para mejorar la calidad de vida de las mujeres en todas las etapas de su vida.

Beneficios Principales

- ✓ Prevención y tratamiento de la incontinencia urinaria y fecal
- ✓ Preparación y recuperación del parto (pre y postparto)
- ✓ Tratamiento del dolor pélvico crónico
- ✓ Mejora de las disfunciones sexuales
- ✓ Prevención y tratamiento de prolapsos
- ✓ Fortalecimiento de la musculatura del suelo pélvico

¿Cuándo Consultar a un Fisioterapeuta?

- Pérdidas de orina al toser, estornudar, reír o hacer ejercicio
- Sensación de pesadez o bulto en la zona vaginal
- Dolor durante las relaciones sexuales
- Dolor pélvico crónico o molestias en la zona genital
- Durante el embarazo o después del parto
- Incontinencia fecal o de gases
- Estreñimiento crónico
- Cicatrices de cesárea o episiotomía dolorosas

¿En qué Consiste el Tratamiento?

El tratamiento es personalizado y puede incluir: evaluación del suelo pélvico, ejercicios específicos (ejercicios de Kegel, hipopresivos), terapia manual, biofeedback, electroestimulación, educación postural y hábitos saludables. Las sesiones son privadas, respetuosas y adaptadas a cada paciente.

IMPORTANTE La fisioterapia del suelo pélvico NO es solo para después del parto. Beneficia a mujeres de todos los edades.

Consulta siempre con un fisioterapeuta especializado en suelo pélvico

Tu salud íntima es importante • No tengas vergüenza en consultar