

Especial
Mujer
Suelo Pélvico



CREAMOS PROGRAMAS ESPECÍFICOS PARA FORTALECER
Y CUIDAR EL SUELO PÉLVICO DE LA MUJER

Por qué es tan importante el suelo pélvico para la mujer?

Del estado de esta musculatura depende en gran medida la calidad de vida de las mujeres. Y aunque es de vital importancia para nosotras, sin embargo, muchas mujeres no han oído hablar de él.

El suelo pélvico cierra la cavidad abdominal en su parte inferior gracias a un conjunto de músculos y ligamentos que forman una estructura de sujeción a los órganos pélvicos (útero, vejiga, uretra, vagina, recto, etc).

La disfunción del suelo pélvico es un problema que afecta tanto a hombres como a mujeres, pero para la mujer es mucho más relevante por sus características del aparato genitourinario, encontrándonos las siguientes causas (embarazo, parto vaginal, episiotomía, menopausia, endometriosis, sobrepeso, enfermedad inflamatoria pélvica).

Tener un suelo pélvico debilitado que no ejerza de sostén adecuado, puede provocar incontinencia urinaria, prolapsos, dolor lumbar o disfunciones sexuales, síntomas muy molestos e incómodos que nos pueden condicionar negativamente en cualquier actividad diaria de nuestra vida cotidiana.

Por lo tanto, el objetivo de nuestros terapeutas es buscar un equilibrio muscular adecuado y conseguir una tensión firme en esta cavidad, permitiendo así un normal funcionamiento de los órganos de sujeción.