

# DOSSIER DE SERVICIOS

Fisioterapia Suelo Pélvico

## Metodología de trabajo

La Fisioterapia de Suelo Pélvico comienza con la Hª Clínica en la que tras una entrevista clínica y una valoración se plantea un Diagnóstico Fisioterápico y se define un tratamiento y unos objetivos. Las herramientas de la que nos valemos son tanto instrumentales como manuales.

En la parcela instrumental, la Ecografía será nuestra mejor herramienta. Con ella seremos más exactos en nuestro diagnóstico, podremos valorar la evolución de la patología y nos permite ser más eficaces en nuestro tratamiento gracias, entre otras cosas, al trabajo de Biofeedback eco-gráfico que se realiza con el paciente.

La Electromiografía constituye otra parte importante en el apartado instrumental ayudando en el diagnóstico y seguimiento de la patología, así como con el trabajo de Biofeedback Electromiográfico que se realiza con el paciente.

En ocasiones, necesitamos recurrir al trabajo con Electropotenciación muscular, al tratamiento combinado de Ultrasonidos y Termoterapia o al de Neuromodulación del N.Tibial con Electroterapia, una técnica con máximo nivel de Evidencia Científica para el tratamiento de la hiperactividad vesical.

Otros aparatos a los que recurrimos en los tratamientos de Suelo Pélvico son dilatadores, ejercitadores, balones rectales, etc.

En lo relativo a la terapia manual, hay un amplio conjunto de técnicas, siendo las miofasciales y osteopáticas la base de nuestros tratamientos, complementadas siempre con hábitos comportamentales y ejercicio terapéutico : ejercicios de fortalecimiento, estiramientos, ejercicios de coordinación y control motor, FisiPilates, Gimnasia Hipopresiva, etc.

Cada rama de nuestra especialidad tendrá sus peculiaridades, siendo las explicadas de ámbito general.

## FISIOTERAPIA UROGINECOLOPROCTOLÓGICA

- **Fisioterapia del suelo pélvico en Ginecología**
  - Prevención y tratamiento de las disfunciones de suelo pélvico en la mujer:
  - Preparación maternal y recuperación post-parto.
  - Incontinencia urinaria
  - Prolapsos viscerales
  - Disfunciones sexuales
  - Síndrome de micción no coordinada
  - Patología musculoesquelética perineal
  - Dolor perineal
  - Dolor pélvico crónico y Endometriosis

- Vulvodinia y vestibulitis
- Denervación y Neuropatías del N. Pudendo
- Coccigodíneas y dolores Sacroilíacos
- Pre y post cirugía ( MUY IMPORTANTE EN INTERVENCIONES DE VEJIGA )

- **Fisioterapia del suelo pélvico en Urología**

**Prevención y tratamiento de las disfunciones de suelo pélvico:**

- Incontinencia urinaria
- Prostatitis
- Neuropatía del N. Pudendo
- Síndrome de micción no coordinada
- Disfunción eréctil
- Patología del pene
- Patología musculoesquelética perineal
- Enfermedad de Peyronie
- Dolor pélvico crónico
- Pre y post cirugía ( MUY IMPORTANTE EN LAS INTERVENCIONES PROSTÁTICAS Y DE VEJIGA)
- Denervación

- **Fisioterapia de Suelo Pélvico en Coloproctología**

**Prevención y tratamiento de las disfunciones de suelo pélvico:**

- Estreñimiento proximal y distal
- Incontinencia fecal y de gases
- Problemas de tránsito intestinal
- Colon espástico
- Falta de sensibilidad, abolición de reflejos anorectales en la ampolla rectal
- Tratamiento preventivo de hemorroides y fisuras anales
- Pre y post cirugía perineal y abdominal
- Anismo
- Coccigodinia

## **FISIOTERAPIA EN OBSTETRÍCIA**

- **Fisioterapia en el embarazo**

Prevención y tratamientos de patologías que surgen durante la gestación. Dolores musculares, ligamentarios y articulares de espalda y pelvis, ciáticas, edemas en miembros inferiores, incontinen-  
cias urinarias, estreñimiento, jaquecas, náuseas y vómitos.

- **Preparación al parto**

Seguimiento del embarazo y preparación física terapéutica para el parto. Métodos para una co-  
rrecta dilatación uterina, respiración, relajación, posturas y pujos para un parto lo más natural  
posible. Siendo éste más rápido, con menos dolor y menores secuelas para la madre y el bebé.

Instrucción para el postparto inmediato, recomendaciones para la cuarentena.

- **Recuperación postparto**

Evaluación y reeducación del suelo pélvico. Tratamiento de las patologías asociadas al parto. Incontinencias urinarias, fecales o de gases, prolapsos viscerales, episiotomías, diástasis abdominales, dolores pélvicos y de espalda, disfunciones sexuales.

- **Programas especiales de preparación al parto y recuperación post parto**

Preparación física y funcional de la embarazada desde la Fisioterapia con diferentes programas estructurados en 5, 10 y 15 sesiones. Se dotará a la mujer embarazada o puérpera de las necesidades físicas y fisioterapéuticas de su estado obstétrico. Tras una evaluación funcional del suelo pélvico y del complejo abdominolumbopélvico, se establecerán tratamientos de Fisioterapia obstétrica y uroginecológica, instrucción teórico-práctica del momento para la dilatación y el expulsivo, así como ejercicios terapéuticos y Fisiopilates ( además de Gimnasia hipopresiva en el postparto).

Todos los programas incluyen sesiones postparto, con evaluación y reeducación del suelo pélvico y complejo abdominolumbopélvico.

## **DOCENCIA**

Docencia especializada en Fisioterapia de suelo pélvico y obstetricia, para asociaciones y colectivos así como a profesionales sanitarios.