

Fisioterapia del Suelo Pélvico

Muy a menudo, los pacientes no están seguros de qué esperar cuando se les deriva a un fisioterapeuta para la rehabilitación del suelo pélvico. Para ayudarlo a comprender la fisioterapia del piso pélvico y lo que implica, pensamos que era necesario brindarles a nuestros pacientes una descripción general de la terapia pélvica. Las afecciones que pueden beneficiarse de la terapia del piso pélvico incluyen: incontinencia urinaria / intestinal, debilidad de los músculos del piso pélvico, prolapso de órganos pélvicos, estreñimiento, retención urinaria, tensión / dolor del piso pélvico, relaciones sexuales dolorosas y afecciones de dolor pélvico como endometriosis y cistitis de interés.

Nuestras dos fisioterapeutas, Jessica Azzinaro, PT, DPT, CLT y Rivka Friedman, PT, MS, DPT tienen capacitación avanzada en terapia del piso pélvico y tienen varios años de experiencia ayudando a mujeres con las afecciones mencionadas en el primer párrafo. (visite nuestra página www.floridaurogyn.com, para ver sus biografías completas). Trabajan junto con nuestros médicos para integrar los tratamientos médicos y quirúrgicos con la terapia muscular pélvica. Creemos que este enfoque integrador del tratamiento beneficia enormemente a las mujeres con disfunción del suelo pélvico.

Su evaluación inicial comenzará con una entrevista para identificar sus problemas específicos y su impacto en sus actividades de la vida diaria. A continuación, el terapeuta evaluará su postura, alineación y movilidad de su columna y caderas. Esto será seguido por un examen pélvico externo e interno para determinar su fuerza y capacidad para controlar los músculos del piso pélvico, su sensación e identificar áreas de sensibilidad o malestar. Además, se puede colocar un electrodo interno por vía vaginal o rectal para evaluar su capacidad para contraer y relajar los músculos del piso pélvico. Su terapeuta discutirá los hallazgos de su evaluación, su plan de atención y los objetivos del tratamiento. Nuestro objetivo más importante es minimizar el impacto de sus síntomas en su capacidad para funcionar en su vida diaria.

El tratamiento que recibirá es de un abordaje musculoesquelético. Estos tratamientos incluyen educación sobre la anatomía y función del piso pélvico, postura y mecánica corporal, modificaciones dietéticas, reentrenamiento de la vejiga y otras estrategias para mejorar su condición. Su sesión de rehabilitación del suelo pélvico puede incluir técnicas de terapia manual específicas para las articulaciones o los músculos de la zona, incluidos los músculos del suelo pélvico. Además, la estimulación eléctrica se puede incluir en su plan de tratamiento para fortalecer o promover la

relajación de sus músculos para aliviar el dolor. Si no se siente cómodo con alguna parte del tratamiento, puede pedirle a su terapeuta que se detenga en cualquier momento, y ella revisará los beneficios, riesgos y alternativas de esa parte del tratamiento.

La terapia física del suelo pélvico es altamente especializada, y su médico y terapeuta han invertido una cantidad considerable de tiempo y esfuerzo en proporcionarle el plan de tratamiento más completo y eficaz. Como paciente, también deberá invertir tiempo y esfuerzo para maximizar el beneficio, similar a la mayoría de los programas de rehabilitación y pérdida de peso. Dado que solo hay unos pocos fisioterapeutas bien capacitados en el sur de la Florida que brindan este tipo de atención, muchos pacientes están esperando tratamiento. Por lo tanto, si no puede asistir a su cita, le pedimos que se comunique con nuestra oficina al 954-989-9998 48 horas antes de la fecha de su cita de acuerdo con nuestra política de cancelación y no presentación que ya aceptó. Gracias por su comprensión y esperamos poder brindarle un cuidado integral del piso pélvico.