

FISIOTERAPIA DE SUELO PÉLVICO Y POSTPARTO

Ponemos a tu disposición un gran equipo de fisioterapeutas expertos en la atención a la mujer.

• Tratamientos individuales de fisioterapia mediante técnicas personalizadas para el embarazo.

- Tratamientos específicos para disfunciones de suelo pélvico tales como incontinencia, prolapsos o dispareunias mediante reeducación perineal individual o en grupo.
- Recuperación postparto: tras valorar tu situación de forma exhaustiva e individual un profesional cualificado te aconsejará lo más adecuado en tu caso particular:

- ✓ Tratamiento individual.
- ✓ Hipopresivos.
- ✓ Pilates.
- ✓ Trabajo con el tronco 5P.



SENSIBLES CON LA MUJER:
NUESTRO OBJETIVO,
TU BIENESTAR.

EMBARAZO: FISIOTERAPIA Y MOVIMIENTO

- GIMNASIA ESPECÍFICA PARA EMBARAZADAS
- CURSOS DE PREPARACIÓN AL PARTO
- FISIOTERAPIA EN EL EMBARAZO
- POSTPARTO
- TRATAMIENTO DE SUELO PÉLVICO

“Déjate cuidar en esta etapa tan importante por el mejor equipo de fisioterapeutas especialistas en embarazo y salud de la mujer.”



GIMNASIA ESPECÍFICA PARA EMBARAZADAS

Clases de máximo 4 mamás dirigidas por fisioterapeutas especialistas en suelo pélvico y obstetricia.

SUS BENEFICIOS:

- Consigue una postura correcta para evitar sobrecargas lumbares.
- Mejora la circulación evitando las "piernas cansadas".
- Activa el metabolismo (menor riesgo de padecer diabetes y preeclampsia).
- Mejora el estado de ánimo y la calidad del sueño.
- Favorece la oxigenación y el desarrollo fetal.
- Flexibiliza en cuerpo para facilitar el parto.
- Valoración gratuita de suelo pélvico postparto.



**PRIMERA CLASE
DE PRUEBA
GRATUITA**

CURSO DE PREPARACIÓN AL PARTO EN PAREJA

Fisioterapeutas específicamente formados en obstetricia, os preparan para gestionar juntos un parto seguro y eficaz, con clases privadas eminentemente prácticas adaptadas a vuestras necesidades:

- Información clara y concisa sobre el proceso del parto para adquirir confianza y serenidad.
- Movimientos y posturas que faciliten la salida del bebé, favoreciendo la fisiología.
- Herramientas para la gestión y control del dolor y la respiración.
- Masaje perineal y trabajo con E-pino (optativo).
- Práctica de pujos efectivos pero seguros para el suelo pélvico de la mamá.



**AJUSTAMOS EL
HORARIO A VUESTRA
DISPONIBILIDAD.**

