

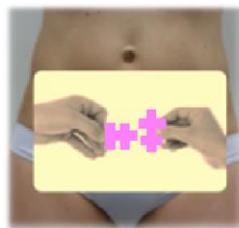
## TALLER DE FISIOTERAPIA EN EL POSPARTO INMEDIATO



Lunes y jueves. De 15:00h a 16:00h. Torre G, 3ª planta.

Durante el embarazo y el parto (vaginal o cesárea) el cuerpo de la mujer sufre numerosos cambios.

Procurar una correcta recuperación posparto es una tarea importante para el diagnóstico precoz y la resolución de posibles secuelas que, en ocasiones, dichos cambios producen: incontinencia urinaria, debilidad de la musculatura del suelo pélvico, diastasis de rectos, descenso de órganos pélvicos, dolor.....



La sección de Fisioterapia y Rehabilitación de Suelo Pélvico del Hospital Universitari i Politècnic La Fe ofrece durante la estancia en la sala de maternidad tras el parto, un sencillo taller impartido por fisioterapeutas de la unidad con el siguiente contenido:

- nociones básicas de anatomía
- información sobre los cambios que sufre el cuerpo durante el embarazo y el parto y las consecuencias que estos cambios provocan en el suelo pélvico
- recursos para acompañar a tu cuerpo en su recuperación: ejercicios, cuidados posturales y modificación de los hábitos de vida.
- respuestas a las dudas más frecuentes: vuelta a la actividad deportiva, uso de faja o bolas chinas.

