

# SEGURIDAD DE LA PACIENTE EN LA CONSULTA DE REHABILITACIÓN DEL SUELO PÉLVICO.

Sisto Alconchel, B; García Vázquez, A.

## INTRODUCCIÓN

La rehabilitación del suelo pélvico resulta especialmente compleja, puesto que la valoración de su estado no puede realizarse a simple vista. Mantener en buen estado la musculatura del suelo pélvico es fundamental para la salud y calidad de vida de la mujer y existen actualmente diferentes técnicas para conseguir este objetivo.

Las causas de debilidad y agresión del suelo pélvico pueden ser diferentes, entre las que podemos diferenciar: embarazo, parto, postparto, intervenciones quirúrgicas, falta de estrógenos en la etapa postmenopáusica, herencia, obesidad, realización de algunos deportes...

Las indicaciones de acudir a la consulta de rehabilitación del suelo pélvico serían: trastornos sexuales, patologías urogenitales y coloproctológicas.

## METODOLOGÍA:

Hemos realizado una exhaustiva búsqueda bibliográfica en las principales bases de datos científicas (Cochrane Plus, Medline, Cuiden, PubMed, sCielo y Joanna Briggs). Utilizando como palabras clave: suelo pélvico, parto, periné, rehabilitación, consulta. Por último hemos consultado guías de práctica clínica y protocolos de diferentes Hospitales.

## RESULTADOS:

## OBJETIVOS:

- Conocer los Cuidados de Enfermería especializada en cuanto a prevención, fomento, recuperación y rehabilitación del suelo pélvico en la mujer.
- Dar seguridad a dichas pacientes con una atención de calidad profesional.
- Favorecer el autocuidado de la paciente.
- Identificar que tipo de asistencia necesita cada paciente (cuidados individualizados).

### VALORACIÓN INICIAL:

- Historia clínica: edad, hábitos, vida sexual...
- Examen físico: cicatrices en periné, trofismo, presencia de cistocele o rectocele...

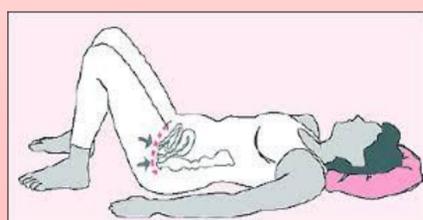
### DIAGNÓSTICO:

- Aplicación de escalas: PERF, Oxford, Q TIP-TEST...
- Valoración respuesta a estímulos del periné.

### TRATAMIENTO:



Hábitos saludables



Ejercicios de kegel/abdominales hipopresivos



Masaje perineal



Neuromodulación periférica



Bolas chinas



Conos vaginales



Electroestimulación



Biofeedback

## DISCUSIÓN:

Los problemas que más vemos en la consulta de suelo pélvico son: la incontinencia urinaria, el prolapso de útero... Todos ellos influyen de forma negativa sobre la calidad de vida de la mujer. Es esencial un correcto abordaje y seguimiento para así conseguir una buena prevención y tratamiento. Una buena planificación de la consulta de suelo pélvico da la seguridad adecuada a las mujeres que sufren alguno de dichos problemas y la posibilidad a acudir sin ningún pudor y poder ser informadas de cómo pueden mejorar su salud ginecológica.

## BIBLIOGRAFÍA:

1. Aliaga-Martínez F, Prats-Ribera E, Alsina-Hipólito M, Allepuz-Palau A. Impacto en la función de los músculos del suelo pélvico de un programa de entrenamiento específico incluido en el control habitual del embarazo y el posparto: ensayo clínico controlado no aleatorizado. *Matronas Prof.* 2013;14(2):36-44
2. Smulders, B. Postparto seguro y los primeros meses tras el parto. Editorial Medici. 2008.
3. Calais German, B. El periné femenino y el parto. Febrero 2005. Editorial la Liebre de Marzo.