

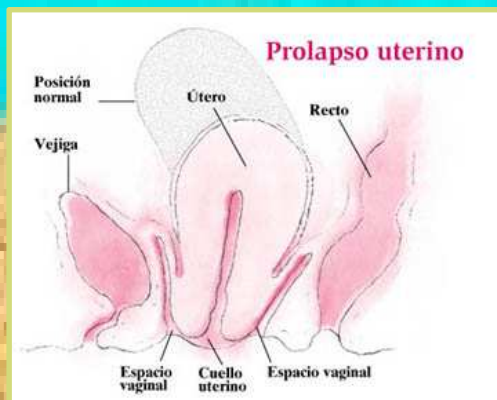
# SUELO PÉLVICO Y PROLAPSO UTERINO

Natalia Benayas Pérez, Rosana Benayas Pérez, Rocío González Segura,  
María del Rosario Jódar Martín, María Dolores Jiménez Lechuga y Laura Barba Recio  
Paritorio. Hospital de Poniente. El Ejido, Almería.

## Introducción:

Las disfunciones del suelo pélvico, son problemas de salud frecuentemente ocultos que deterioran la calidad de vida, limitan la autonomía y repercuten en el ámbito psicosocial, laboral, afectivo y sexual.

Constituye una de las alteraciones secundarias a la disfunción del suelo pélvico más frecuentes en la consulta ginecológica. El prolapso uterino es una alteración de los elementos de sostén y suspensión del útero.



# SUELO PÉLVICO Y PROLAPSO UTERINO

Natalia Benayas Pérez, Rosana Benayas Pérez, Rocío González Segura,  
María del Rosario Jódar Martín, María Dolores Jiménez Lechuga y Laura Barba Recio  
Paritorio. Hospital de Poniente. El Ejido, Almería.

## **Objetivos:**

Potenciar autocuidados de la mujer para mejorar su calidad de vida y bienestar.

## **Material y Métodos:**

Revisión literatura existente

# SUELO PÉLVICO Y PROLAPSO UTERINO

Natalia Benayas Pérez, Rosana Benayas Pérez, Rocío González Segura,  
María del Rosario Jódar Martín, María Dolores Jiménez Lechuga y Laura Barba Recio  
Paritorio. Hospital de Poniente. El Ejido, Almería.

## **Discusión:**

Existe una mayor incidencia en mujeres multíparas, con partos y/o expulsivos prolongados, utilización de fórceps, grandes esfuerzos y/o desgarros perineales.

Los cuidados de enfermería son clave en la prevención y la detección en fases iniciales, (tanto primaria como especializada). Una vez detectado y tratado, ya sea con modo conservador o quirúrgico, los cuidados irán encaminados a recuperar las estructuras anatómicas deficitarias, restaurando las estructuras de sostén para restablecer el eje y profundidad normal de los órganos sexuales internos femeninos.

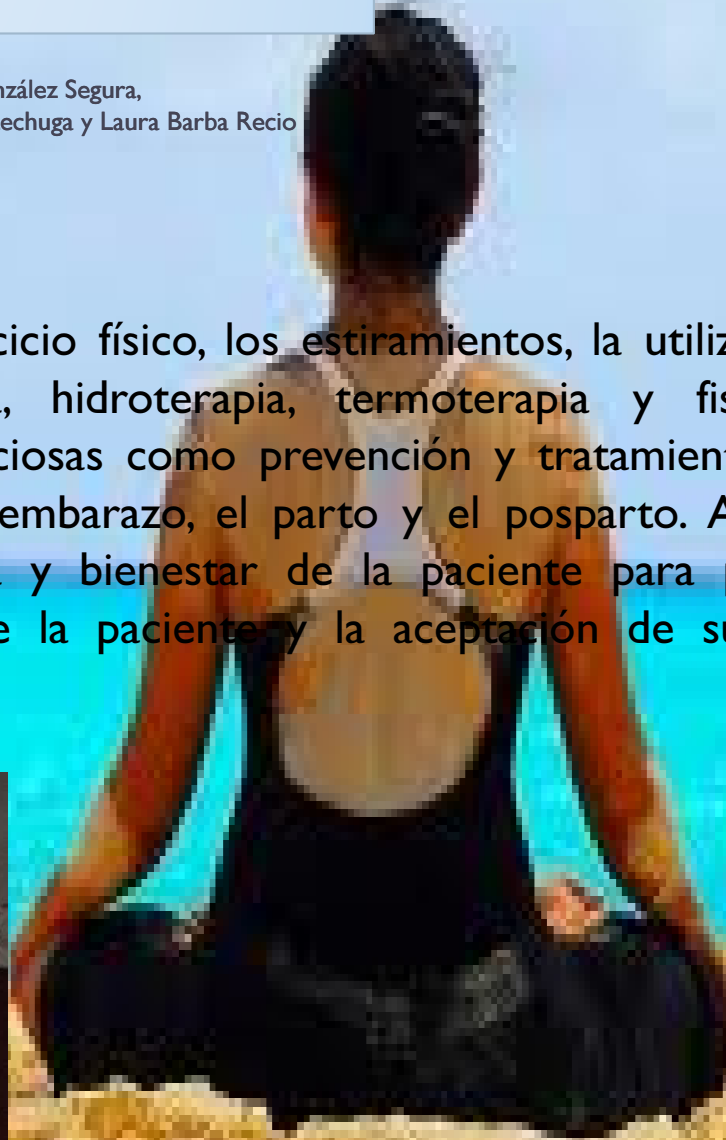


# SUELO PÉLVICO Y PROLAPSO UTERINO

Natalia Benayas Pérez, Rosana Benayas Pérez, Rocío González Segura,  
María del Rosario Jódar Martín, María Dolores Jiménez Lechuga y Laura Barba Recio  
Paritorio. Hospital de Poniente. El Ejido, Almería.

## Conclusiones:

La práctica regular de ejercicio físico, los estiramientos, la utilización de masoterapia, electroterapia, hidroterapia, termoterapia y fisioterapia respiratoria resultan beneficiosas como prevención y tratamiento de las complicaciones durante el embarazo, el parto y el posparto. Así como, mejorar la calidad de vida y bienestar de la paciente para potenciar seguridad, la autoestima de la paciente y la aceptación de su imagen corporal.



# SUELO PÉLVICO Y PROLAPSO UTERINO

Natalia Benayas Pérez, Rosana Benayas Pérez, Rocío González Segura,  
María del Rosario Jódar Martín, María Dolores Jiménez Lechuga y Laura Barba Recio  
Paritorio. Hospital de Poniente. El Ejido, Almería.

## **Conclusiones:**

Entre las actuaciones a llevar a cabo encontramos fisioterapia y rehabilitación del suelo pélvico, hábitos de vida saludables como dieta para lograr un peso adecuado a la talla, no transportar pesos excesivos y llevar un calendario miccional, así como medios mecánicos (pesario uterino transitorio).

