

# Incontinència urinària

## Prevençió i tractament

**Centre Mèdic GEMA I:**

C/ Nou, 13-15 Mataró

**Centre Mèdic GEMA II:**

C/ Pizarro, 27 Mataró

**Centre de Rehab. i Fisioteràpia GEMA III:**

C/ Torrijos, 55 Mataró

**Centre de Diagnòstic per la Imatge GEMA:**

C/ Nou, 39 Mataró

**Centre Pediàtric GEMA:**

C/ Sant Cugat, 50 Mataró

---

**Tel.: 93 796 44 44 - [www.gemasl.com](http://www.gemasl.com)**



## Rehabilitación del suelo pélvico

**GEMA**  
GABINET D'ESPECIALITATS  
MÈDIQUES ASSOCIADES

**GEMA**  
GABINET D'ESPECIALITATS  
MÈDIQUES ASSOCIADES

INCONTINENCIA URINARIA  
ES LA PÉRDIDA  
INVOLUNTARIA DE ORINA

## ¿Qué es el suelo pélvico?

Es el grupo de músculos que aguantan la parte baja del abdomen donde se encuentra la vejiga de la orina, la matriz y los intestinos.

## ¿Causas que puedan debilitar el suelo pélvico?

Embarazo y parto. Ejercicio físico.  
Envejecimiento. Otras como obesidad, estreñimiento, tabaquismo, bronquitis...

## ¿Síntomas de debilidad del suelo pélvico?

Incontinencia y pérdidas de orina.  
Prolapsos y descensos de la matriz, vejiga urinaria o el recto.  
Incontinencia de heces y de gases.  
Molestias en las relaciones sexuales.

## Tratamiento

- Médico – farmacológico
- Rehabilitación
- Reforzamiento de la musculatura
- Electroestimulación
- Biofeedback

