

HOMES I SALUT PELVIANA: PARLAR-NE ÉS NORMAL



El Col·legi de Fisioterapeutes inicia una gira per Catalunya amb una sèrie de seminaris gratuïts destinats a professionals i al públic en general per normalitzar el poder parlar de tot allò que amaga el sòl pelvià masculí, des de la disfunció erètil i ruptures de penis a problemes d'ejaculació i micció. Sota el títol “Salut pelviana masculina, més enllà del tabú”, i de la mà del fisioterapeuta David Sánchez Rienda, la gira arrenca el 18 d'octubre a Girona per continuar després a Barcelona (24 d'octubre), Manresa (25 d'octubre), Tarragona (7 de novembre) i Lleida (8 de novembre).

Els homes, com les dones, tenen sòl pelvià. I tot i que en el cas de les dones cada cop se n'està parlant més i s'ha aconseguit trencar els tabús que envolten tot allò que hi ha entre les cames, pel que fa al sòl pelvià masculí el silenci sobre els dolors i les problemàtiques sexuals, persisteix. De fet, segons explica David Sánchez Rienda, un professional referent en fisioteràpia de sòl pelvià masculí, la gira impulsada pel Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya ha de tenir com a objectiu principal “la socialització tant sanitària com de carrer”. “Ens hem de transformar en altaveus socials perquè la informació arribi al carrer i que els homes que presenten aquestes molèsties sàpiguen que el món de la fisioteràpia els pot ajudar i poden tenir un punt de referència per millorar els seus mals”.

Assegura que hi ha un gran desconeixement sobre aquest tema perquè hi ha la percepció generalitzada i errònia que “el tema del sòl pelvià és purament un àmbit femení”. “Els homes també tenim els nostres problemes”, tot i que el tabú que existeix al voltant d'aquest fet, els dolors i les disfuncions, que toquen “el que seria l'ego masculí” fa que es visquin en silenci.

LLUITAR CONTRA ELS TABÚS

“Als homes ens costa explicar els problemes, fins i tot quan anem amb els nostres amics i tenim les nostres xerrades masculines. Cap home té un problema o una disfunció sexual o de micció perquè sembla que el desmereix o el fa menys home”, explica Sánchez Rienda. I precisament aquesta qüestió, “entre el tabú i l'orgull masculí”, fa que no se'n parli. Així, els problemes, que són més habituals del que es pensa, se silencien. S'amaga, com si no existís, però hi és i provoca patiment. Per això és important donar a conèixer que, a part de l'uròleg i l'andròleg, també es poden abordar aquestes problemàtiques des de la fisioteràpia.

El sòl pelvià és una part del cos humà, una part de la pelvis que, segons explica Sánchez Rienda, fa la funció d'esmortir sobre les pressions que exerceix el cos. Fa de suport de les vísceres i dels òrgans sexuals masculins: “Té tant una funció a nivell miccional, és a dir controla la micció, com també exerceix el control de la sexualitat. Intervé en l'erecció i ejaculació masculina”. Això vol dir, que els trastorns miccionals, les disfuncions erèctils, o les alteracions de les ejaculacions, com l'ejaculació retrògrada, retardada o precoç, intervindran sobre aquest sòl pelvià masculí. “Per sort”, remarca el fisioterapeuta, cada cop s'estan donant a conèixer més aquests problemes. Segons Sánchez Rienda, el fet que hi hagi una més gran incidència de càncer de pròstata o d'hiperplàsies de pròstata o, fins i tot, que cada



**LA GIRA SOBRE
EL SÒL PELVIÀ
MASCULÍ ÉS UN
“ALTAVEU SOCIAL”
PERQUÈ ELS
HOMES PUGUIN
CONÈIXER MÉS
SOBRE AQUEST
ÀMBIT DE LA
SALUT**



David Sánchez Rienda

“CINC DATES PER SABER-NE MÉS SOBRE LA SALUT PELVIANA MASCULINA”

Girona: 18 d'octubre

Barcelona: 24 d'octubre

Manresa: 25 d'octubre

Tarragona: 7 de novembre

Lleida: 8 de novembre

cop es diagnostiquin més malalties de transmissió sexual que provoquen prostatitis bacteriana en homes joves “està fent que el tema surti a la llum i hi hagi més coneixement”. Per això considera important l'educació sanitària i social sobre el sòl pelvià masculí. “Cal sociabilitzar el tema treballar perquè aquest tabú o aquest orgull masculí vagi minvant i que els homes s'obrin tant a la societat com al camp sanitari per fer pública la problemàtica i intentar millorar tota la qüestió de la seva salut uroandrològica així com sexual”, afirma.

LES RAONS PER ASSISTIR AL SEMINARI

Defensa que la gira sobre el sòl pelvià masculí és una oportunitat, un “altaveu social” perquè els homes puguin conèixer què és allò que els pot passar: disfuncions prostàtiques, ruptura de penis, alteració sexual masculina, dolor pelvià crònic, varius dins de la pelvis que poden ser molestes o varicoceles als testicles.

Per això creu que és important l'assistència als seminaris, una oportunitat per formar-se, per descobrir, per saber. I sobretot pot ajudar totes aquelles persones que han tingut o pateixen algun tipus de molèstia. És important donar a conèixer que es poden tractar també amb fisioteràpia. “No només existeix l'uròleg, no només existeix l'andròleg, sinó que la fisioteràpia ja comença a tenir una branca d'especialització dins del món del sòl pelvià masculí”, assegura Sánchez Rienda. Els assistents sentiran a parlar de malalties més o menys conegudes però també d'altres que de segur no en sabien de la seva existència. També “descobriran quins són els signes d'alerta o les ‘red flags’ més importants que pot tenir un home davant d'una disfunció pelvicoperineal o uroandrològica” i a quin especialista sanitari acudir en cada cas. A més, aprendran “com s'han d'autoexplorar els genitals masculins, tant els penis i els testicles com la zona púbica i la zona retrotesticular”.

UNA ESPECIALITAT PER DESCOBRIR

Pel que fa als seminaris dirigits als col·legiats, considera que tot i que encara “estem en fase de bolquers, els fisioterapeutes, homes i dones, tenen com a opció formar-se i poder atendre els homes amb aquestes problemàtiques i ajudar-los a millorar la seva qualitat en les disfuncions sexuals i miccionals”. Amb tot, avisa que en aquests tallers gratuïts, descobriran només “la punta d'un iceberg de tota la informació que hi ha encara per descobrir i que hi ha amagada”. “Serà una nova finestra a un món d'eines en el qual la fisioteràpia uroandrològica, que encara és molt novícia, pot donar una oportunitat terapèutica inaugural a totes les noves generacions de fisioterapeutes que surten de les universitats”. I és que, segons Sánchez Rienda, és una nova especialitat que s'ha de reforçar, difondre i sociabilitzar perquè encara és molt desconeguda. De fet, considera que la fisioteràpia masculina tot i ser una gran desconeguda ja requereix de molts pacients i usuaris, que demanen assistència.