



NOTA DE PRENSA

El suelo pélvico no es “sólo” cosa de mujeres

Un 20% de los hombres tienen problemas de salud vinculados con el suelo pélvico

- Dos de cada diez hombres pueden desarrollar incontinencia urinaria; dolor pélvico crónico; dolor de testículos, pene o ingle; alteraciones en la función sexual o sensación de ocupación del recto. Estas situaciones pueden ser causadas por debilidad o exceso de tono en la musculatura del suelo pélvico.
- El [videoconsejo de noviembre](#) explica cómo la fisioterapia ayuda a los hombres que tienen problemas de salud relacionados con el suelo pélvico.

Barcelona, 10 de noviembre de 2021.- El [videoconsejo de noviembre](#), que difunde el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya dentro de la campaña "12 meses, 12 consejos de salud", explica cómo los hombres también pueden tener problemas vinculados con el suelo pélvico, algo relacionado más habitualmente con la salud de las mujeres.

Dos de cada diez hombres pueden desarrollar síntomas relacionados con el suelo pélvico como incontinencia urinaria; dolor pélvico crónico; dolor de testículos, pene o ingle; alteraciones en la función sexual; sensación de ocupación del recto y todo ello sin procesos quirúrgicos previos.

El fisioterapeuta colegiado David Sánchez, experto en este campo, recuerda que “el periné no tiene sexo. Cada vez con mayor frecuencia los hombres vienen al centro por disfunciones perineales. Podemos pensar que normalmente hay lesiones después de cirugía prostática, pero puede haber también otras causas. Por tanto, el periné masculino también se lesiona y la fisioterapia suele ser el mejor tratamiento”.

El suelo pélvico es el conjunto de músculos y ligamentos que rodean la cavidad abdominal de la parte inferior. Soporta todos los órganos pélvicos (vejiga y uretra, útero y vagina, y recto) y aseguran su normal funcionamiento. Es dinámico, se adapta a nuestro movimiento, pero siempre mantiene una tensión adecuada que mantiene a los órganos dentro de la pelvis. Cuando el suelo pélvico se debilita, surgen problemas que pueden afectar al funcionamiento de estos órganos.

Estas situaciones pueden ser causadas por debilidad o exceso de tono en la musculatura del suelo pélvico, incluso puede estar afectada alguna raíz nerviosa. Sin embargo, problemas como la incontinencia o la disfunción eréctil también pueden producirse después de un proceso quirúrgico o tratamiento radioterápico por un cáncer de próstata.

La fisioterapia tiene diversas herramientas que pueden ayudar a los hombres a disminuir e incluso a eliminar la sintomatología mejorando la calidad de vida. Hay que visitar al fisioterapeuta experto para que pueda realizar una valoración individualizada, aclarar dudas, ofrecer consejos y proponer el tratamiento más adecuado.

Campaña '12 meses, 12 consejos de salud'

La campaña "12 meses, 12 consejos de salud" es una iniciativa conjunta de los colegios profesionales de fisioterapeutas de Madrid, Cataluña, País Vasco, Navarra, Galicia, Comunidad Valenciana, Cantabria, Aragón y La Rioja. Su objetivo es prevenir las lesiones causadas por malos hábitos a través de una serie de cortos animados que se emiten mensualmente a través de diferentes vías de comunicación, entre las cuales las redes sociales y los medios de comunicación.

Sobre el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya

El Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya es el colegio profesional que defiende los intereses del colectivo de fisioterapeutas catalanes y que a la vez vela por las buenas prácticas en fisioterapia. Actualmente, cuenta con más de 12.000 colegiados, para los que lleva a cabo acciones de formación, orientación, asesoramiento, defensa y difusión de la profesión.



Para más información:

The Almond Connection

Xavier Barrachina

xavier@thealmondconnection.com

www.thealmondconnection.com

ÀREA DE COMUNICACIÓ

C/ Segle XX, 78, 08032, Barcelona

Teléfono 93 207 50 29

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio

comunicacio@fisioterapeutes.cat

www.fisioterapeutes.cat/comunicacio