



Terapia personalizada para la salud del suelo pélvico femenina y más

Los problemas del suelo pélvico son comunes, pero no tienen por qué definir tu día a día. Nos hemos asociado con Kaia Health para ofrecerte terapia en casa, **sin costo alguno**.



¿Cómo puede ayudarte Kaia?



Dolor
pélvico



Recuperación
posparto



Problemas de
vejiga e intestino



Envejecimiento
y menopausia



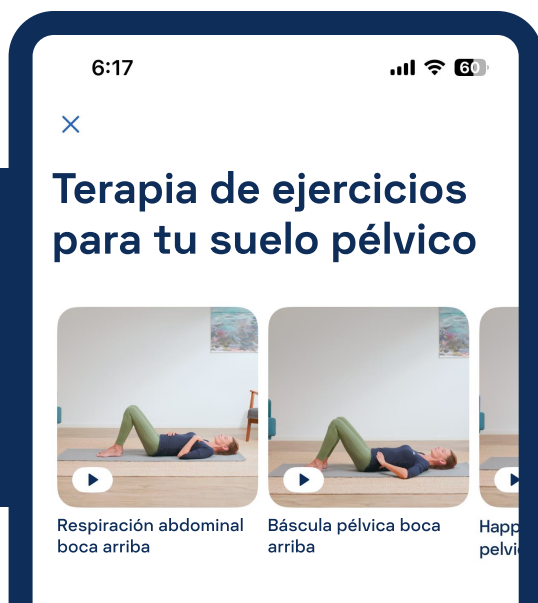
Dolor articular
y muscular

Tu programa de Kaia incluye

- Sesiones de **terapia personalizada** de 15 minutos
- **Un coach de salud** dedicado a ayudarte a lograr tus objetivos
- Una aplicación que puedes usar en **cualquier momento y lugar**
- **Acceso gratis e ilimitado** para ti



Escanea el código QR o visita
startkaia.com/pebb





Preguntas frecuentes

Terapias para la suelo pélvico femenina

¿Cómo puedo reconocer los síntomas de problemas del suelo pélvico?

Dolor pélvico

El dolor pélvico puede variar desde una molestia leve hasta un dolor intenso o persistente que afecta la vida diaria. Puede ser causado por tensión muscular, lesiones, endometriosis, músculos del suelo pélvico hiperactivos, o dolor referido de las caderas o la espalda baja.

Recuperación posparto

El embarazo y el parto ejercen una tensión significativa en el suelo pélvico. Después del parto, muchas mujeres experimentan síntomas como pérdidas de orina, dolor pélvico o sensación de pesadez. La recuperación varía según factores como el tipo de parto y cualquier complicación.

Problemas de vejiga e intestino

Los problemas más comunes incluyen incontinencia urinaria, urgencia urinaria o estreñimiento. Estos problemas suelen surgir por mal funcionamiento del suelo pélvico o desequilibrio muscular, y pueden afectar significativamente la calidad de vida.

Envejecimiento y menopausia

Con la edad, los cambios hormonales, particularmente la disminución del estrógeno durante la menopausia, pueden afectar la salud pélvica. Los tejidos pierden elasticidad y los músculos pueden debilitarse, aumentando el riesgo de prolapso, incontinencia urinaria y otros problemas.

¿Es realmente gratis?

Sí, tu empleador se ha asociado con Kaia Health para ofrecer este beneficio sin costo alguno.

¿Quién desarrolló el programa?

Nuestros doctores en terapia física han completado entrenamiento avanzado y especializado a través de Herman y Wallace, un líder reconocido en educación de salud pélvica.

Tengo dolor muscular y articular, ¿es Kaia para mí?

Sí, Kaia ofrece una terapia integral que también aborda el dolor muscular y articular. Puedes trabajar en múltiples problemas al mismo tiempo, o trabajar en diferentes áreas durante todo el año.