

## **Ingrid, et al, 2018 Abstract**

### **Efecto de la contracción del PFM sobre la actividad muscular en reposo**

#### **Objetivo**

El propósito del estudio fue evaluar si los intentos de una contracción voluntaria máxima de los músculos del suelo pélvico (PFM) pueden reducir la presión vaginal en reposo (VRP) y la actividad de la electromiografía de superficie (sEMG) en mujeres con y sin vestibulodinia provocada (PVD).

#### **Resultados**

No hubo diferencias significativas entre los grupos en ninguna de las variables de fondo. La contracción de los PFM condujo a una reducción estadísticamente significativa de la VRP tanto en el grupo PVD como en el grupo de control. La actividad del EMG de superficie se redujo significativamente solo en el grupo PVD.

Las mujeres con PVD tuvieron una presión vaginal en reposo y actividad sEMG significativamente más bajas después de tres contracciones máximas (MVC) del PFM. Los resultados indicaron que los intentos de contracciones máximas voluntarias pueden investigarse como un método para reducir la hipertonia del PFM.

#### **Participantes e Investigadores**

La investigación incluyó un estudio comparativo a ciegas con 35 mujeres con PVD y 35 sin PVD. La edad media de las participantes fue de 24,3 años.

Las investigadoras fueron Ingrid Næss, MSc, Universidad de Oslo, Instituto de Salud y Sociedad, Noruega y Kari Bø, profesora, PhD, Escuela Noruega de Ciencias del Deporte, Departamento de Medicina Deportiva, Oslo, Noruega/Hospital Universitario Akershus.

#### **Métodos**

La VRP y la fuerza del PFM se midieron con un transductor de presión de alta precisión conectado a un balón vaginal. La actividad muscular del suelo pélvico se midió antes y después de tres MVC con EMG de superficie usando una unidad NeuroTrac ETS (Verity Medical). Se utilizó una prueba T de muestras pareadas para analizar las diferencias dentro de los grupos y una prueba T de muestras independientes para analizar las diferencias entre grupos.

El resumen completo se puede encontrar en

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29532122/#:~>

[=Discussion%3A%20Young%2C%20nulliparous%20women%20with,maximum%20contractions%20of%20the%20PFM](#)