

## **Johannessen, H.H, et al, 2017 Abstract**

### **Los ejercicios de los músculos del suelo pélvico reducen la incontinencia anal postparto?**

#### **Objetivo**

Evaluar el efecto de los ejercicios de los músculos del suelo pélvico (PFME) en la incontinencia anal postparto (IA).

#### **Resultados**

Los resultados indican que los PFME adaptados individualmente reducen los síntomas de IA postparto. El análisis de los datos no imputados mostró que las mujeres que realizaban PFME semanalmente mejoraron sus puntuaciones de IA más que las mujeres del grupo de control.

Las mujeres en los grupos de intervención también mostraron una mayor capacidad para realizar contracciones voluntarias de los músculos del suelo pélvico (VPFMC), y ambos estudios tuvieron bajas tasas de abandono. Realizar ejercicios regulares de los músculos del suelo pélvico podría ser un tratamiento eficaz para la incontinencia anal postparto.

#### **Participantes e Investigadores**

Ciento nueve mujeres postparto con IA al inicio en un ensayo controlado aleatorizado. El estudio no fue ciego, todas las participantes fueron informadas sobre los procedimientos.

El equipo de investigación estuvo compuesto por: HH Johannessen, Departamento de Fisioterapia, Østfold Hospital Trust, Grålum, Noruega; A Wibe, Departamento de Investigación sobre el Cáncer y Medicina Molecular, Universidad Noruega de Ciencia y Tecnología, Trondheim, Noruega y Departamento de Cirugía, St Olavs Hospital, Trondheim University Hospital; A Stordahl, Departamento de Cirugía, Østfold Hospital Trust, Grålum, Noruega; L Sandvik, Centro de Bioestadística y Epidemiología, Oslo University Hospital, Oslo, Noruega; y S Mørkved, Departamento de Salud Pública y Práctica General, Universidad Noruega de Ciencia y Tecnología, Trondheim, Noruega, y Departamento de Servicios Clínicos, St Olavs Hospital, Trondheim University Hospital, Trondheim.

#### **Métodos**

El grupo de intervención recibió seis meses de PFME individualizados dirigidos por fisioterapeutas, y el grupo de control recibió información escrita sobre PFME. A las mujeres del grupo PFME que no presentaban contracciones voluntarias de los músculos del suelo pélvico (VPFMC) se les ofreció estimulación eléctrica con dispositivos Neurotrac ETS Pelvitone (Verity Medical) y una sonda anal rígida

Anuform (Neen Mobilis Health Care Group, Reino Unido) para uso doméstico, hasta que pudieran realizar VPFMC activas y comenzar el tratamiento con PFME.

El resumen completo se puede encontrar en <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27272501/>.