



Administered by



Terapia personalizada para la salud pélvica femenina y más allá

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



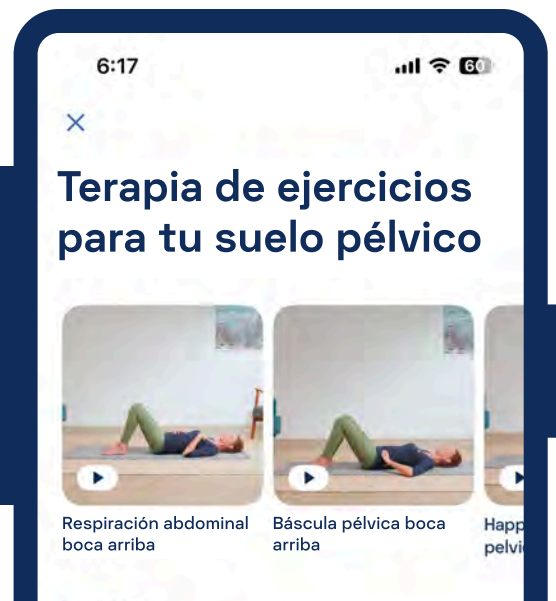
Dolor articular y muscular

Tu programa Kaia incluye

- Sesiones de **terapia personalizada** de 15 minutos
- **Un entrenador de salud** dedicado que te ayuda a alcanzar tus objetivos
- Una aplicación que puedes usar en **cualquier momento y lugar**
- **Acceso gratuito** todo el año



Escanea el código QR o visita startkaia.com/women





Administered by



Preguntas frecuentes

Terapias para la salud pélvica femenina

¿Cómo reconozco los síntomas de salud pélvica?

Dolor pélvico

El dolor pélvico puede variar desde una molestia leve hasta un dolor agudo 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

Las preocupaciones comunes incluyen incontinencia urinaria, urgencia 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 de 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 gratuito?

Sí, tu empleador se ha asociado con Kaia Health para ofrecer esto sin costo alguno, con acceso ilimitado durante 12 meses.

¿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 es una terapia completa que cubre el dolor muscular y articular. Puedes trabajar en múltiples problemas al mismo tiempo, o trabajar en diferentes áreas durante todo el año.