



## Fisioterapia pélvica para pacientes oncológicos

El tratamiento contra el cáncer puede provocar una serie de efectos secundarios generales, como fatiga, cambios en el apetito y dolor. Los pacientes que tienen cánceres en la pelvis o el abdomen pueden experimentar efectos secundarios que afectan la vejiga, los intestinos y la función sexual. Estos cánceres incluyen cáncer de endometrio, cuello uterino, ovario, vagina y vulva en las mujeres, cáncer de próstata en los hombres y cánceres de vejiga, ano o colorrectal. La terapia del suelo pélvico se puede utilizar para ayudar a controlar algunos de estos efectos secundarios.

### ¿Qué es el suelo pélvico?

El suelo pélvico es un grupo de músculos que rodea la vagina (solo en mujeres), el ano y la uretra (por donde sale la orina). Como sugiere el nombre, los músculos forman la parte inferior de la pelvis. Actúan como un cabestrillo para sostener su recto y otros órganos pélvicos. Si le falta fuerza, coordinación o la capacidad de relajar alguno de estos músculos, puede provocar lo siguiente:

- Dolor de espalda o pélvico.
- Pérdida de orina o heces (incontinencia).
- Estreñimiento o dificultad para vaciar la vejiga.
- Dolor con las relaciones sexuales en mujeres.
- Disfunción eréctil en hombres.

Puede ver estos músculos en acción insertando un dedo en la vagina o el ano y sintiendo cómo los músculos se aprietan alrededor de su dedo. También puede intentar detener el flujo de orina a la mitad o evitar que salga gas. Relajar estos músculos permite defecar o vaciar la vejiga. Sus músculos pélvicos le permiten hacer todas estas cosas.

### ¿Qué causa los problemas del suelo pélvico en personas con cánceres abdominales o pélvicos?

Los músculos del suelo pélvico pueden verse afectados por:

- Tejido cicatricial que se forma después de una cirugía de cáncer.
- La cirugía puede hacer que los tejidos o músculos se desplace o se mueva.
- La radiación puede causar tejido cicatricial, endurecimiento o encogimiento de los músculos.
- En algunos casos, el tumor en sí mismo puede afectar los músculos.

### ¿Qué es la fisioterapia pélvica (PT)?

A diferencia de la fisioterapia tradicional, la fisioterapia pélvica se lleva a cabo en una sala de tratamiento privada para permitir que el terapeuta aborde sus necesidades con privacidad. El terapeuta le preguntará acerca de su historial de salud y problemas intestinales, de vejiga y sexuales que podrían haber surgido desde que recibió el tratamiento contra el cáncer. Al igual que el fisioterapeuta tradicional, los fisioterapeutas de salud pélvica también evaluarán la fuerza de las extremidades superiores, las extremidades inferiores y el núcleo, el rango de movimiento, la estabilidad funcional y de la marcha, y la postura. El PT del suelo pélvico se

centra en los músculos del suelo pélvico. La mejor forma de examinar el suelo pélvico es mediante un examen vaginal o rectal interno. Si no se siente cómodo con esto, su PT también puede ver los músculos desde el exterior o sentir los músculos trabajando sobre la ropa.

## ¿Qué tratamientos se utilizan en la terapia del suelo pélvico?

Después de que su fisioterapeuta evalúe sus músculos pélvicos, le sugerirá cosas para ayudar a mejorar su función de los músculos pélvicos. Esto puede incluir:

- Movilización de tejidos blandos (masaje) y estiramiento de músculos tensos.
- Ejercicios para fortalecer los músculos centrales y del suelo pélvico.
- Recomendar cambios en la dieta, como evitar el alcohol o las bebidas con cafeína, si tiene síntomas urinarios.
- Relajación y respiración profunda para relajar los músculos.
- Técnicas de biorretroalimentación.
- Dilatadores vaginales para mujeres con dolor durante el coito.
- Tu terapeuta te enseñará técnicas de autocuidado para favorecer tu calidad de vida.

## ¿Qué es la biorretroalimentación?

Una herramienta que muchos terapeutas utilizan con el ejercicio, la respiración y el masaje tradicionales es la biorretroalimentación. La biorretroalimentación mide la actividad eléctrica de los músculos mediante adhesivos externos o sondas internas y lo muestra en la pantalla de una computadora. Esto le ayuda a ver cómo funcionan sus músculos, los fortalece y mejora su control general de estos músculos.

El objetivo de su fisioterapeuta es ayudarlo a volver a la vida después del cáncer. Ya sea que eso signifique tener la energía para jugar al golf nuevamente, regresar al trabajo sin temor a sufrir accidentes o regresar a la intimidad con su pareja. El tratamiento podría incluir una sesión de detección antes, después o durante su tratamiento contra el cáncer, o se le puede seguir de cerca para ayudarlo a alcanzar sus objetivos.

---

OncoLink is designed for educational purposes only and is not engaged in rendering medical advice or professional services. The information provided through OncoLink should not be used for diagnosing or treating a health problem or a disease. It is not a substitute for professional care. If you have or suspect you may have a health problem or have questions or concerns about the medication that you have been prescribed, you should consult your health care provider.