



## L'Hospital de Mataró compta amb una nova Unitat per tractar els trastorns del sòl pelvià

- 6 de cada 10 dones pateixen problemes relacionats amb el debilitament d'aquests músculs i la majoria no sap que es poden tractar i solucionar
- La Unitat Funcional del Sòl Pelvià (UFSP) fa un any que funciona i 96 pacients ja han estat derivats per ser tractats per aquest equip multidisciplinari

El sòl pelvià és un conjunt de músculs que sustenten l'abdominal inferior i serveixen de suport de l'úter, la vagina, la bufeta, la uretra i el recte. És fonamental que aquesta musculatura mantingui una bona funció, ja que el debilitament del sòl pelvià és la principal causa d'incontinència urinària i també pot provocar disfuncions sexuals, dolor, incontinència fecal o prolapses (despreniment de l'úter, vagina o recte). És un problema tan comú que les xifres parlen per si soles: 6 de cada 10 dones pateixen trastorns del sòl pelvià i la incontinència urinària afecta a més de 6 milions d'espanyols. Els homes també poden tenir problemes de sòl pelvià, sobretot aquests que han estat intervinguts de càncer de pròstata, amb una incidència del 15%.

**Unitat Funcional del Sòl Pelvià (UFSP).** L'Hospital de Mataró fa un any que compta amb un equip multidisciplinari que es dedica a diagnosticar i tractar específicament els trastorns del sol pelvià. La UFSP està formada per ginecòlegs, uròlegs, rehabilitadors, fisioterapeutes i personal d'infermeria, i un total de 96 pacients del Maresme ja estat derivats per ser tractats per aquest equip.

**Incontinència urinària.** És una patologia que afecta greument la qualitat de vida de les persones que la pateixen, limitant la seva autonomia i reduint la seva autoestima. Tot i això, encara continua sent un tema tabú i es calcula que més de la meitat dels afectats oculten la seva incontinència urinària, no consultem amb cap especialista i es resignen a viure amb el problema. Tot i que la seva prevalença augmenta amb l'edat, la incontinència urinària pot afectar a persones de qualsevol edat.

**Causas del debilitament.** Els músculs que formen el sòl pelvià es poden debilitar per diferents causes, aquestes són les més comunes:

- Embaràs i part
- Sobrepès
- Edat
- Menopausa
- Esports d'impacte
- Infeccions urinàries



**Eficàcia del tractament.** La rehabilitació i la fisioteràpia per al sòl pelvià han demostrat la seva eficàcia en problemes d'incontinència urinària, però també són tractaments que, combinats amb l'electroestimulació, són molt eficaços per solucionar el dolor pelvià, les disfuncions sexuals i el prolapse lleu. En els casos més greus de prolapse pot ser necessària la cirurgia.

El tractament de fisioteràpia i rehabilitació, que va molt més enllà dels exercicis de Kegel, es dissenya a mida per cada pacient segons la seva problemàtica particular, les seves necessitats i les seves capacitats. Una vegada el pacient és donat d'alta per la UFSP, és molt important que continuï exercitant el sòl pelvià de manera regular. N'hi ha prou amb cinc minuts d'exercicis, tres cops al dia.

**El Consorci Sanitari del Maresme** és una entitat pública formada pel Servei Català de la Salut, l'Ajuntament de Mataró i el Consell Comarcal del Maresme, que gestiona l'Hospital de Mataró, l'Antic Hospital de Sant Jaume i Santa Magdalena, la Residència Sant Josep, i les àrees bàsiques de Mataró Centre i Cirera Molins (a Mataró) i la d'Argentona.