

Beneficios de la EMS I-MOTION en el Suelo Pélvico.

Dr. Reynier Fernández León.

Registro Profesional: 143321

Especialista de 1er Grado en Medicina General Integral.

I- Introducción:

El suelo pélvico o periné está constituido por un grupo de músculos, limitados por los glúteos, los muslos y los huesos de la pelvis, que proporcionan el sostén a toda la parte baja del abdomen (vejiga urinaria, útero e intestino inferior).

Las enfermedades del suelo pélvico constituyen un importante problema de salud, tanto por su significación, por las afecciones orgánicas, como por la implicación psíquica y social que pueden representar. Si tenemos en cuenta que en este grupo de enfermedades se incluyen la incontinencia urinaria de esfuerzo, la disfunción sexual, la incontinencia fecal, la constipación, el dolor anal, el prolapso uterino, el cistocele y el rectocele, enterocele, sigmoidocele, perineocele entre otras, se explica por sí sola la afirmación anterior.

Las disfunciones del suelo pelviano son consideradas como las afectaciones que se relacionan con su anatomía y fisiología, en ellas se incluyen, los diversos grados de prolapso de órganos pélvicos, alteraciones de percepción, vaciamiento del tracto urinario y digestivo, así como disfunciones sexuales y algunos otros síndromes dolorosos crónicos a nivel de esta área. Su prevalencia es elevada, considerándose que casi un tercio de la población adulta y adulta mayor la padece, por lo que constituye una causa muy común de consulta en mujeres y hombres de esos grupos de edades. Dado el

aumento de la expectativa de vida y la exigencia en su calidad, se comprende la necesidad de brindar una atención tanto preventiva como rehabilitadora para nuestra población en general.

Según estadísticas, se ha demostrado que la constipación y la incontinencia fecal son afecciones muy frecuentes. Las cifras más altas fueron encontradas en pacientes geriátricos (13 %) y en enfermos psiquiátricos (32 %).

La constipación tiene una prevalencia mundial de 2 % y en pediatría algunos autores consideran que la consulta por estreñimiento alcanza hasta el 25 % de los casos. El resto de las afecciones que incluye este síndrome también son frecuentes.

Se considera que el método diagnóstico más importante para evaluar las afecciones del suelo pélvico, es la historia clínica minuciosa y la exploración física detallada; se han aplicado diferentes técnicas para su diagnóstico, que incluyen los estudios manométricos anorrectales, la electromiografía, los estudios neuromusculares, el ultrasonido transrectal y transvaginal, la tomografía axial computadorizada (TAC), la resonancia magnética (RM), los exámenes de medicina nuclear y la defecografía con sus diferentes variantes.

Palabras clave: EMS (electro estimulación muscular), suelo pélvico, rectocele, enterocele, sigmoidocele, perineocele, prolapso rectal, Incontinencia urinaria.

II- Fundamentos para la aplicación de EMS al suelo pélvico:

Las afecciones del suelo pélvico deterioran considerablemente la calidad de vida de los individuos en nuestro planeta. Se considera que al menos un 25 % de las personas padecen al menos de incontinencia urinaria, más frecuente en el sexo femenino por la condición anatómica.

La incontinencia también representa una pérdida de calidad de vida para los afectados desde un punto de vista social. El asunto se suele evitar, por miedo a la humillación, a la discriminación y a la pérdida de dignidad, lo que unido a los pequeños desarreglos cotidianos puede producir depresión, aislamiento social, abandono laboral y limitación de la vida sexual.

Personas expuestas a trabajo duro forzado tienen gran riesgo de padecer algún trastorno relacionado con el debilitamiento del suelo pélvico, perdiendo la capacidad de contracción y facilitando condiciones patológicas de consideración.

Para el ámbito terapéutico se han llevado a cabo diversos estudios sobre la aplicación de EMS en función de mejorar o restablecer la tonicidad de la musculatura del suelo pélvico, y por ende contrarrestar diversas enfermedades, que luego de la aplicación de entrenamientos EMS han mejorado los síntomas en un 90%

Parece ser que el efecto principal es un fortalecimiento de la musculatura del suelo pélvico, principalmente indirecto a través de la estimulación de los aductores y de los nervios que inciden en la musculatura del suelo pélvico, que también transcurren por la zona de los electrodos del abdomen y glúteos .

III- Principales afecciones del suelo pélvico en las cuales puede ser aplicable la EMS:

- ✓ Incontinencia urinaria de esfuerzo
- ✓ Disfunción sexual
- ✓ Incontinencia fecal
- ✓ Constipación
- ✓ Prolapso uterino
- ✓ Cistocele
- ✓ Rectocele
- ✓ Enterocel
- ✓ Sigmoidocel
- ✓ Perineocel

IV- Ventajas de la aplicación de EMS en afecciones del suelo pélvico:

- ✓ Mejora el estado de salud y la calidad de vida del individuo.
- ✓ Disminuye el número de consultas médicas en hospitales.
- ✓ Previene el encamamiento prolongado por reposo.

- ✓ Disminuye el gasto monetario en trámites hospitalarios y procedimientos diagnósticos invasivos de los pacientes.
- ✓ Aumenta la satisfacción de pacientes y clientes.
- ✓ Permite el aumento de la actividad física activa.
- ✓ Aumenta la tonicidad y contractilidad muscular en la región.
- ✓ Previene en gran medida la amenaza de aborto y partos pretérmino.
- ✓ Disminuye el número de intervenciones quirúrgicas y por ende sus complicaciones postoperatorias.

Otras ventajas:

Las afecciones del suelo pélvico por lo general demandan muchos procedimientos diagnósticos invasivos y aun más de tratamientos quirúrgico de alto riesgo. Muchas de las patologías antes mencionadas pueden ser prevenidas mediante la aplicación de EMS y por consiguiente contar con las ventajas antes mencionadas que en su conjunto proporcionan un estado de salud más óptimo con un considerable aumento de la calidad de vida.

V- Conclusiones

Mediante el siguiente artículo hemos expuesto las principales afecciones que aquejan el suelo pélvico así como las ventajas e importancia que brinda la aplicación de la EMS (electro estimulación muscular) en la prevención, tratamiento y rehabilitación de estas patologías con el objetivo principal de mejorar el estado de salud de las personas que entrenan y se aplican la EMS así como el aumento de la calidad de vida de cada individuo, conociendo además el alto porcentaje de mejoría de los síntomas de las personas demostrado en diversos estudios.

VI- Referencias Bibliográficas

- 1- Kerremans R. Radio-cinematographic examination of the rectum and the anal canal in cases of rectal constipation. A radio-cinematographic and physical explanation of dyschezia. 2015; 31:561-70.
- 2- Sobrado C, Pires C, Amaro E, Cerri G, Kis D. Anatomía de la membrana perianal: su relación con las lesiones del parto y la episiotomía. J Obstet Gynaecol. 2014;42(2):193-6.
- 3- Santoro GA, Eitan BZ, Pryde A, Bartolo DC. Open study of low-dose amitriptiline in the treatment of patients with idiopathic fecal incontinence. Dis Colon Retum. 2015;43:1676.
- 4- Allende Rodríguez Dr. C. Miguel A., González Rojas Pedro Pablo Dr. Valdés Dra. Yener. Las afecciones ano rectales del suelo pélvico. Rev Cubana Med. La Habana.2016 Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S034-7523206303.