

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Valcamonica

Consultorio di Breno

Prendersi cura... del perineo nel post parto

Durante la gravidanza e il parto, il perineo può subire modificazioni che causano una diminuzione della forza muscolare perineale.

Questi cambiamenti sono dovuti allo stiramento, distensione o lacerazione dell'area perineale e per questo motivo sarebbe opportuno eseguire alcuni esercizi atti a riattivare e recuperare la tonicità muscolare.

E' consigliabile eseguire gli esercizi 40 giorni dopo il parto.

Il corso di ginnastica perineale
è gratuito e si suddividerà in
5 incontri a cadenza settimanale .

Informazioni e iscrizioni

Ostetrica Alberta Tosini

tel. 0364 - 329225

consultorio.breno@asst-valcamonica.it

