

CONSULTORIO FAMILIARE DI BRENO

PRENDERSI CURA DEL... PERINEO!!



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.

**Per informazioni ed iscrizioni rivolgersi
all'ambulatorio ostetrico**

0364/ 329225

Il corso di ginnastica perineale si suddividerà in 5 incontri a cadenza settimanale con la collaborazione della psicologa.

Ostetrica Alberta Tosini

Sistema Socio Sanitario



Regione
Lombardia

ASST Valcamonica