

Nuestros servicios

Cada mujer vive etapas y experiencias diferentes, pero todas tenemos algo en común: merecemos sentirnos bien en nuestro propio cuerpo. En esta clínica te acompañamos de manera cercana y personalizada para cuidar tu suelo pélvico, tu abdomen y tu bienestar en cualquier momento de la vida: embarazo, posparto, menopausia o incluso tras una cirugía o deporte de impacto.

No normalices lo que te incomoda. Aquí encontrarás soluciones adaptadas a ti.

Recuperación posparto

El posparto no acaba a las seis semanas. Tu cuerpo necesita tiempo, atención y cuidados para volver a sentirse fuerte y seguro. Aunque hayan pasado meses (o incluso años), siempre estás a tiempo de recuperar tu bienestar.

- Recuperar fuerza y control en tu suelo pélvico y abdomen.
- Mejorar o prevenir pérdidas de orina, diástasis abdominal y prolapsos.
- Tratar cicatrices de cesárea, episiotomía o desgarro.
- Retomar la actividad física con confianza y seguridad.

Porque tu recuperación importa y no tienes por qué normalizar lo que te incomoda.

Reserva tu cita

Seguimiento embarazo

Cada embarazo es único y tu cuerpo merece sentirse cuidado en cada etapa. Aquí encontrarás el acompañamiento que necesitas para vivir estos meses con menos molestias y más bienestar.

- Aliviar dolores y tensiones típicas del embarazo.
- Mantener tu cuerpo fuerte y flexible de forma segura.
- Preparar tu suelo pélvico y abdomen para el parto, reduciendo riesgo de diástasis.
- Tratar cicatrices previas (cesárea, laparoscopia, miomas).

Disfruta tu embarazo con la seguridad de estar cuidándote.

Reserva tu cita

Preparación al parto

El día del parto puede vivirse con confianza y seguridad si tu cuerpo y tu mente están preparados. Este servicio te da herramientas prácticas para que llegues tranquila y con más control.

- Aprender posiciones y movimientos que facilitan el parto.
- Practicar respiración y pujos de manera consciente.
- Implicar a tu pareja para que sepa cómo acompañarte.
- Prevenir complicaciones como desgarros o diástasis abdominal.

Prepárate para un parto activo, consciente y en el que te sientas protagonista.

Reserva tu cita

Menopausia consciente

La menopausia no es el final, es una nueva etapa. Con el acompañamiento adecuado puedes vivirla con fuerza, vitalidad y sin resignarte a las molestias.

- Prevenir o tratar escapes de orina, prolapsos, dolor en las relaciones y diástasis abdominal.
- Recuperar fuerza, movilidad y energía en tu día a día.
- Aprender ejercicios y hábitos que mejoran tu calidad de vida.
- Tratar cicatrices de cirugías ginecológicas (como histerectomía).

La menopausia también puede ser un tiempo de bienestar y cuidado.

Reserva tu cita

Disfunciones del suelo pélvico

No todas las molestias llegan tras un embarazo o posparto. A veces aparecen sin causa aparente, después de practicar deportes de impacto o tras una cirugía ginecológica. Aquí encontrarás soluciones adaptadas a tu caso.

- Tratar incontinencias, prolapsos, dolor pélvico y diástasis abdominal.
- Recuperar fuerza y control en tu suelo pélvico y abdomen.
- Trabajar cicatrices quirúrgicas que generan tirantez o molestias.
- Aprender herramientas prácticas para tu día a día y deporte.

Porque no tienes por qué acostumbrarte a vivir con dolor o incomodidad.

Reserva tu cita