



CENTRO DE APOIO A DOENTES COM CANCRO DA MAMA

**Mama Help**  
Vai ver que faz sentido!



# FISIOTERAPIA PÉLVICA

*CUIDE DA SUA SAÚDE ÍNTIMA.  
RECUPERE QUALIDADE DE VIDA*

## Reconhece-se em alguma destas situações?

- // Tem incontinência urinária ou perde urina ao tossir, rir ou fazer esforço?
- // Sofre de incontinência fecal ou perda involuntária de gases?
- // Sente dor pélvica frequente ou desconforto íntimo?
- // Tem prolapso dos órgãos pélvicos (sensação de "peso" na vagina)?
- // Passou por cirurgias ginecológicas ou parto e sente alterações?
- // Nota rigidez, aderências ou cicatrizes na região pélvica?
- // Sente dor ou diminuição de sensibilidade durante as relações sexuais?

Se respondeu "sim" a alguma destas questões, a **FISIOTERAPIA PÉLVICA DO MAMA HELP** pode ser a solução.

Temos **PROFISSIONAIS ESPECIALIZADOS** nesta área para **AVALIAR, PREVENIR e TRATAR** alterações da região pélvica e do pavimento pélvico, **devolvendo-lhe conforto, segurança e bem-estar.**

## O que pode ganhar com este tratamento?

- // Recuperar função ao pavimento pélvico
- // Melhorar o controlo urinário e intestinal
- // Reduzir ou eliminar a dor
- // Recuperar a função sexual
- // Prevenir novas disfunções
- // Sentir-se mais confiante no dia a dia

## POSSIBILIDADE DE MARCAÇÃO DE AVALIAÇÃO

Para mais informações e/ou marcações, contacte-nos:

967 097 391

[info@mamahelp.pt](mailto:info@mamahelp.pt)

[www.mamahelp.pt](http://www.mamahelp.pt)

# VENHA, VAI VER QUE FAZ SENTIDO!



CENTRO DE APOIO A DOENTES COM CANCRO DA MAMA

## Mama Help

Vai ver que faz sentido!

**PESSOA COLETIVA COM ESTATUTO DE UTILIDADE PÚBLICA**

Rua da Constituição, 2096/2106 • 4250-163 Porto

Tel 222 060 100 • Tm 967 097 391 • [info@mamahelp.pt](mailto:info@mamahelp.pt)

[facebook.com/mamahelp](https://facebook.com/mamahelp) // [instagram.com/mamahelpporto/](https://instagram.com/mamahelpporto/)

SAIBA MAIS EM:

