

A tener en cuenta:

Se aconsejan iniciar estas sesiones en cuanto aparecen las molestias, pero NUNCA ES TARDE para tratarse o prevenir.

- Es imprescindible pedir **cita previa**. Solemos tener lista de espera, avísanos con antelación a la fecha que deseas tu cita.
 - En caso de cirugías abdominales complejas, contaremos con la autorización médica. Suelen ser aproximadamente 3-4 meses postcirugía, pero veremos tu caso concreto.
 - Aconsejable una sesión a la semana, aunque si tienes otras necesidades, nos adaptamos.
 - No existen contraindicaciones para estas sesiones, pero antes de comenzar, te haremos preguntas importantes sobre tu salud. Por ejemplo: si padeces hipertensión arterial no controlada, o cualquier otra enfermedad, debes comentarlo con el terapeuta. O si estuvieras embarazada, las sesiones de hipopresivos se realizarán sin apneas y se adaptará el ejercicio a tu semana de gestación.
- Las sesiones no tienen caducidad, pero una vez confirmada la cita, se debe avisar ante cualquier cambio o anulación con 24h de antelación.
- Son canjeables por otros servicios del mismo valor.
- Los packs y bonos son nominales. No son transferibles ni divisibles para utilizar por otras personas.
- No son canjeable por su valor económico.
- Puedes completar los PACKS con otros Bonos Básicos.
- Leer atentamente nuestra [política de cancelación](#).

Si deseas ampliar información te aconsejamos visitar la sección del servicio correspondiente y sus preguntas frecuentes.

Estamos a tu disposición ante cualquier duda o aclaración que necesites.

F*Finergia*
FISIOTERAPIA PELVIPERINEAL

C/ Calipso nº81
41927 - Mairena del Aljarafe, Sevilla
www.fisinergia.com
info@fisinergia.com
695 90 44 16

PACK SESIONES REGALO Tratamiento + Hipopresivos/Rh

Me recupero
y vuelvo a ser Yo



 **F***Finergia*
FISIOTERAPIA PELVIPERINEAL

PACK SESIONES REGALO TRATAMIENTO + HIOPRESIVOS/RH

Características del pack de sesiones regalo

1 Sesión individualizada VALORACIÓN.

- Abriremos (o ampliaremos) tu historial y podrás plantear las dudas que necesites.
- Se realizará una valoración exhaustiva de tu diafragma y columna, abdominales, y todos los planos del suelo pélvico.

Haremos especial hincapié en valorar cómo ha quedado tu musculatura y órganos internos.

- Veremos tus principales factores de riesgo y te daremos pautas para prevenirlos.
- Aprenderás una secuencia básica de ejercicios para que hagas en casa.

Te llevarás un informe con un resumen de todo lo visto en consulta que te servirá a ti y a tu médico.

5 Sesiones individualizadas TRATAMIENTO POST-CIRUGÍA:

- Tratamiento de rehabilitación abdominal y/o suelo pélvico.
- Tratamiento de la cicatriz: tecarterapia, agujas, ventosas, etc..
- Y recibirás información muy importante sobre complementos alimenticios, prevención de lesiones, higiene postural, gestión de cargas, evitar estreñimiento, etc...

A elegir entre:

5 Sesiones individualizadas GIMNASIA HIOPRESIVA.

- Aprenderás a realizar correctamente la apnea y la postura base hipopresiva
- Aprenderás una tabla básica de 25 ejercicios para que los realices después en casa. Al finalizar se te entrega resumen por correo electrónico para que recuerdes todos los pasos.

ó 5 Sesiones individualizadas READAPTACIÓN DEPORTIVA:

- Trabajo consciente de respiración, control motor, estiramientos y trabajo de fuerza.

Un regalo especial para

de parte de

¿Para quién está indicada ésta sesión?:

- Es el bono más indicado para todas las personas, tanto si presentan molestias como si no.
- Hombres y mujeres con patologías de suelo pélvico, espalda y/o faja abdominal.
- Hombres y mujeres tras cirugías.

Código de Validación: