

THOUSANDS OF TEENS IN FOSTER CARE  
WOULD LOVE TO PUT UP WITH YOU

Ad ADOPTUSKIDS.ORG

Faro de Vigo utiliza cookies propias y de terceros para mejorar su experiencia de navegación y realizar tareas de analítica. Si continúa navegando, entendemos que acepta nuestra política de cookies. ✓

Hemeroteca | Suscribirse | Clasificados | Miércoles, 25 septiembre 2013 | Cartelera | TV | Tráfico | Identificarte / Regístrate

# FARO DE VIGO

Vigo 26 / 19°

Local Galicia Actualidad Deportes Economía Opinión Ocio Vida y Estilo Comunidad Multimedia Servicios

Nacional Internacional **Sociedad y Cultura** Sucesos Titulares Tecnología Gente Cine TV

Faro de Vigo » **Sociedad y Cultura**

VOTE ESTA NOTICIA 2 15

## Una viguesa constata que la gimnasia hipopresiva reduce la incontinencia

Europa Press | Vigo | 25.09.2013 | 07:29

Una tesis de doctorado de la Universidade de Vigo ha confirmado que la práctica de gimnasia hipopresiva durante 12 semanas logra reducir sustancialmente los problemas de incontinencia urinaria de mujeres adultas.

Según el estudio, un programa de 12 semanas de gimnasia hipopresiva disminuye la sintomatología de la incontinencia urinaria, mejora significativamente la calidad de vida de la mujer y reduce el índice cintura-cadera, así como la amplitud torácica.

En cuanto al nivel de efectividad, la retirada de los síntomas ha sido completa en el 50 por ciento de los casos que la autora de la tesis, Tamara Rial, ha analizado: un total de 192 mujeres con una edad media de 45 años.

Pese a que son conocidos los beneficios de la gimnasia hipopresiva, Rial considera que aún queda mucho por hacer, sobre todo en lo que respecta a la formación de los futuros profesionales de la salud y del deporte, titulados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. La incontinencia urinaria afecta en España a tres de cada cuatro mujeres.

Últimos Vídeos de Arte, Cultura y Entretenimiento: Hallado Un Filme Inédito I..



Publicidad **200€ gratis**



### Especial Selectividad



Una imagen de las pruebas de Selectividad.

Aprobados Selectividad Galicia

► Puedes consultar los aprobados de las pruebas de selectividad, de Septiembre de 2013, en este especial Patrocinador por:

¿Has aprobado la selectividad?

### Videos de Sociedad



IBERIA

Hoy, Fines al Vuelo.

Compra solo este fin de semana

Deja que el otoño europeo te inspire.

Bruselas 35€  
Viena 64€

Tarifas fijas por trayecto comprendido ida y vuelta. Salidas desde Madrid. Consulta otros orígenes. Más información en iberia.com

Londres 79€

Precio fijo por trayecto comprendido ida y vuelta. Salidas desde Madrid. Consulta otros orígenes. Más información en iberia.com

Entra, compra y vuelva

iberia.com

Hoy, Fines al Vuelo. ¿Y mañana? ¿Te imaginas?

Regístrate en luckia.es y descubre ¡el mejor bono de apuestas del mercado!  
[www.luckia.es](http://www.luckia.es)

Your ads can be published in this space. Now for sale in the USA. Click to get more info  
[www.pan-ads.com](http://www.pan-ads.com)

Now you can use this space to advertise your product. Click here to get more information  
[www.pan-publicidad.com](http://www.pan-publicidad.com)

LAS MEJORES MARCAS HASTA EL

**-70%**

HAZTE SOCIO >

La imagen de tus vacaciones 2013  
**¡PARTICIPA!**

Patrocinado por: **Selmark**

xfinity

MANTÉN TU SERVICIO DE XFINITY CUANDO TE MUDAS

PREGUNTA CÓMO RECIBIR UNA TARJETA VISA® PREPAGADA DE HASTA

**\$200**

MOVERS EDGE **EMPIEZA AQUÍ >**

Publicidad



**Advertise Here**

Now you can use this space to advertise your product in the USA. Click to get more info  
[www.pan-anuncios.com](http://www.pan-anuncios.com)



**Online Advertisers**

Now you can use this space to advertise your product in the USA. Click to get more info  
[www.pan-spain.com](http://www.pan-spain.com)

Enlaces recomendados: Hoteles Baratos | DEPOSITOS Open 4% | Oscars | Premios Goya

## FARO DE VIGO

[Mapa web >](#)

### Gran Vigo

Galicia  
Ocio en Vigo  
El tiempo  
Tráfico en Vigo  
Cartelera de cine  
Celta de Vigo

### Clasificados

Iberpisos  
Iberanuncio  
Ibercoches  
Iberempleo

### Especiales

Lotería de Navidad  
Lotería el Niño  
Fórmula 1  
Premios Oscar  
Canal Esquí  
Premios Goya

### farodevigo.es

Contacto  
Conozcanos  
Localización  
Club Faro de Vigo  
Aviso legal  
Política de cookies  
RSS

### Publicidad

Tarifas  
Contratar

### Otras webs del Grupo Editorial Prensa Ibérica



Diari de Girona | Diario de Ibiza | Diario de Mallorca | Empordà | Faro de Vigo | Información | La Opinión A Coruña | La Opinión de Málaga | La Opinión de Murcia | La Opinión de Tenerife | La Opinión de Zamora | La Provincia | La Nueva España | Levante-EMV | Mallorca Zeitung | Regió 7 | Superdeporte | The Adelaide Review | 97.7 La Radio | Blog Mis-Recetas | Euroresidentes | Lotería de Navidad | Oscars | Premios Goya



Difusión auditada por OJD