



Costo de  
**\$0**  
para ti



## Únete al programa de Salud Pélvica para Mujeres

Obtén atención personalizada para el piso pélvico **sin costo para ti** a través de tu plan médico HelloFresh.

### ¿Qué es el piso pélvico?

El piso pélvico es el grupo de músculos que soportan la vejiga, el útero y el intestino. El embarazo, las lesiones y ciertas afecciones a veces pueden debilitar esos músculos, lo que provoca dolor, problemas de control de la vejiga y más.

### ¿Por qué unirse?

- Obtén ejercicios terapéuticos personalizados para el embarazo y el posparto, el control de la vejiga, el fortalecimiento del músculo pélvico o la relajación muscular pélvica.
- Trabaja de forma individual con un equipo de cuidado clínico especializado en el cuidado del piso pélvico.
- Haz ejercicio en la privacidad de tu hogar, en tu horario.



Para obtener más información y postularte, escanea el código QR o visita [hinge.health/hellofresh-wph](https://hinge.health/hellofresh-wph)

¿Tienes preguntas? Llama al (855) 902-2777