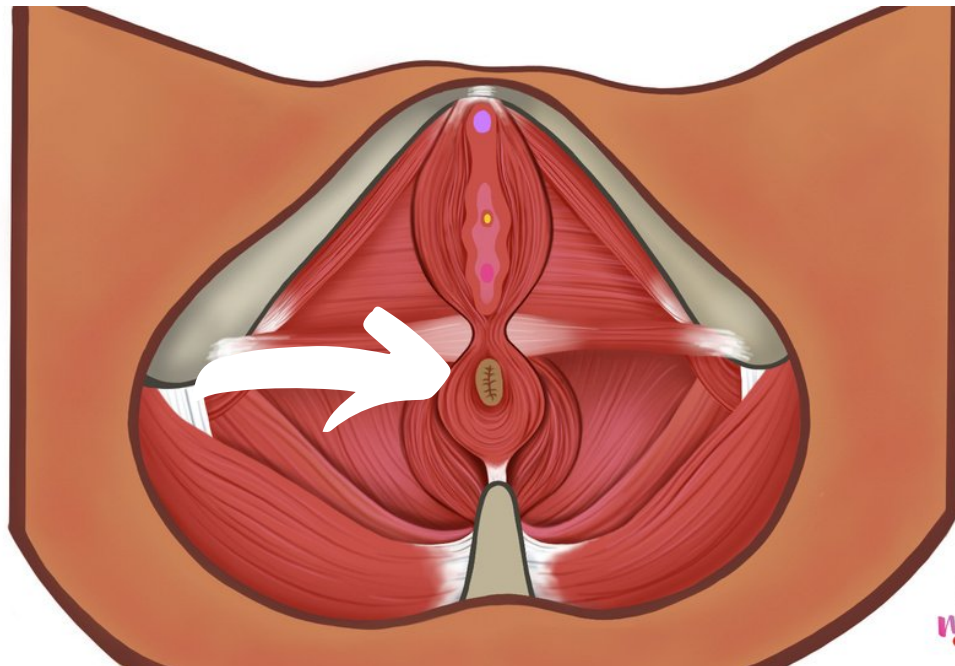


Anatomia pélvica

Visão Inferior da Contração Feminina



- ✓ Imagine que você está olhando por baixo.
- ✓ Muitas pessoas pensam que existe apenas um músculo que realiza o “kegel” mas isto não é verdade. Na verdade existem 17 músculos que compõe o assoalho pélvico!
- ✓ Existem várias camadas de músculos e muitos músculos constituem cada camada.
- ✓ Eles se estendem da frente para trás e de lado a lado. Eles são literalmente “o chão” da sua pelve!
- ✓ Os músculos do assoalho pélvico desempenham um papel importante na SATISFAÇÃO SEXUAL. Lembre-se de que, na pelve feminina, os músculos do assoalho pélvico envolvem a abertura da vagina e abraçam as paredes inferiores do canal vaginal. Eles ajudam a fornecer tônus e sensação durante a relação sexual vaginal.