



La fuga de orina puede ser un problema **grave** para las mujeres.

Con *Leva*, no tiene por qué serlo.

No son los ejercicios de Kegel de su madre.
Pida hoy mismo una prescripción a su proveedor de atención médica.

Para obtener más información o para hablar con un miembro de nuestro equipo, visite [Levacares.com](https://levacares.com) o llame al **1-855-FOR-LEVA** (367-5382).





¿Por qué Leva?

El sistema de salud pélvica *Leva* es un tratamiento de primera línea, **no quirúrgico y sin medicación** para la incontinencia urinaria (IU) de esfuerzo, mixta y de urgencia (incluida la vejiga hiperactiva) y la incontinencia fecal (IF) crónica.

Leva es un **entrenamiento supervisado, en casa, de los músculos del piso pélvico**.

Leva es un tratamiento de 12 semanas que se puede usar en la privacidad de su casa (o desde cualquier lugar) y **solo le llevará 2.5 minutos, dos veces al día**.



Vea cómo funciona *Leva*.

El programa *Leva* tiene cuatro componentes clave.

El **dispositivo flexible *Leva*** se inserta por vía vaginal (tanto para el tratamiento de la IU como de la IF) y está equipado con **seis sensores de movimiento que se comunican de forma inalámbrica** con una aplicación en su teléfono inteligente.

1. Dispositivo *Leva*

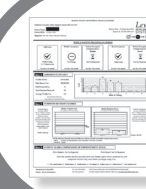


2. Aplicación *Leva*



- 2.5 minutos
- 2 veces al día
- Estando de pie
- Durante 12 semanas

4. Informe del paciente de *Leva*



3. Centro de Mujeres de *Leva*



Su proveedor de atención médica recibirá un **informe del paciente de *Leva*** con la información sobre el cumplimiento y los síntomas, para que pueda supervisar y ajustar el tratamiento si es necesario.

Queremos que su proveedor de atención médica participe en el tratamiento, por lo que ***Leva* requiere una prescripción**.

El dispositivo *Leva* mide el movimiento cuando contrae los músculos del piso pélvico, **actuando esencialmente como un espejo de su piso pélvico**.

Las mujeres están encantadas con la posibilidad de utilizar el dispositivo en casa, las indicaciones visuales que les ayudan a realizar correctamente los ejercicios del piso pélvico y el **seguimiento del progreso en la aplicación**.

Le asignaremos una entrenadora de nuestro **Centro de Mujeres de *Leva***.

Nuestras entrenadoras le ayudarán a mantenerse responsable y motivada durante las **12 semanas de terapia con *Leva***.



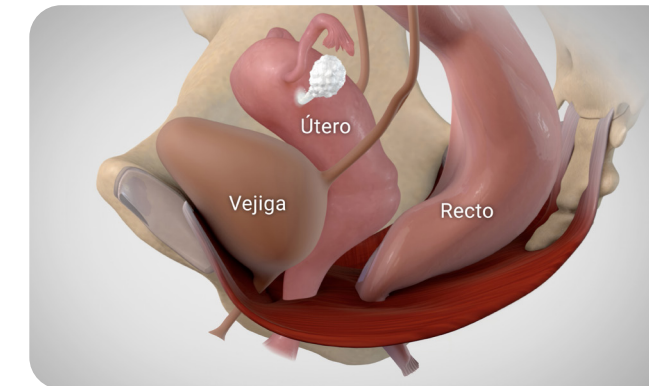
***Leva* REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN.** ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM



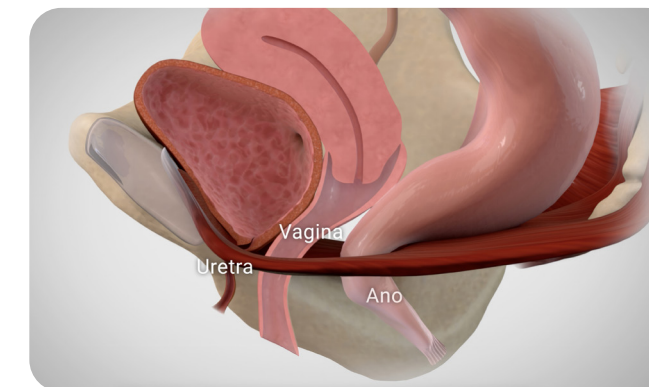
¿Qué es el piso pélvico y por qué debería interesarme?

El piso pélvico tiene más de una docena de músculos interconectados que forman una hamaca anclada en el hueso púbico y trabajan juntos para sostener la vejiga, el útero y el recto. Estos músculos desempeñan un papel importante en el control de la vejiga y los intestinos. Estos músculos siempre están activos y funcionan para evitar fugas de orina o heces.



Vea la animación médica

Una contracción normal de los músculos del piso pélvico produce un movimiento combinado de elevación y presión, y cierra las aberturas de la uretra, la vagina y el ano. Estos músculos se mueven hacia arriba y hacia abajo a medida que se contraen y se relajan para satisfacer las necesidades de las actividades cotidianas.

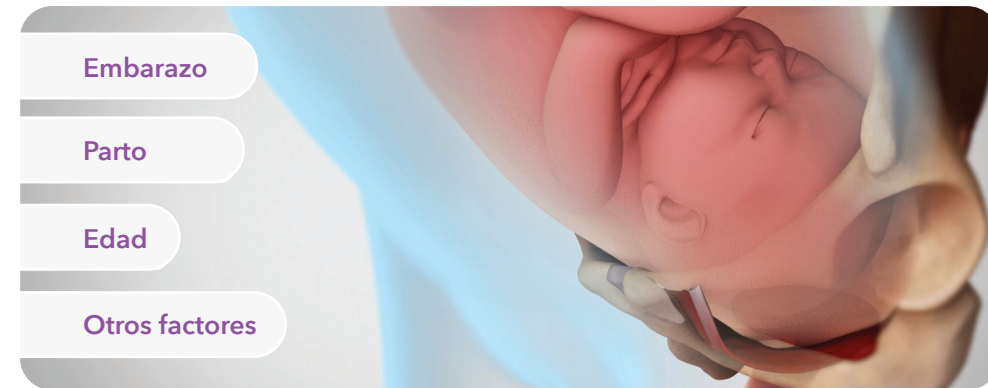


Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN.** ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM

¿Qué es la incontinencia, es decir, las fugas de orina o de heces?

Los músculos del piso pélvico pueden lesionarse o debilitarse como resultado del embarazo, el parto, la edad, la obesidad y otros factores. Los músculos débiles o dañados del piso pélvico pueden contribuir a trastornos del piso pélvico, como incontinencia urinaria (IU), vejiga hiperactiva e incontinencia fecal (IF).



Tipos de incontinencia

Incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE)

¿Tiene fugas cuando se ríe, tose, estornuda, salta o hace ejercicio?

Probablemente tenga IUE.



Incontinencia urinaria de urgencia (IUU)

(incluida la vejiga hiperactiva)

¿Tiene una necesidad repentina de ir corriendo al baño, pero no siempre lo logra? ¿Tiene la necesidad frecuente de vaciar la vejiga?

Probablemente tenga IUU.



Incontinencia urinaria mixta (IUM)

¿Tiene una combinación de fugas al realizar una actividad física y una sensación de urgencia por ir al baño?

Probablemente tenga IUM.

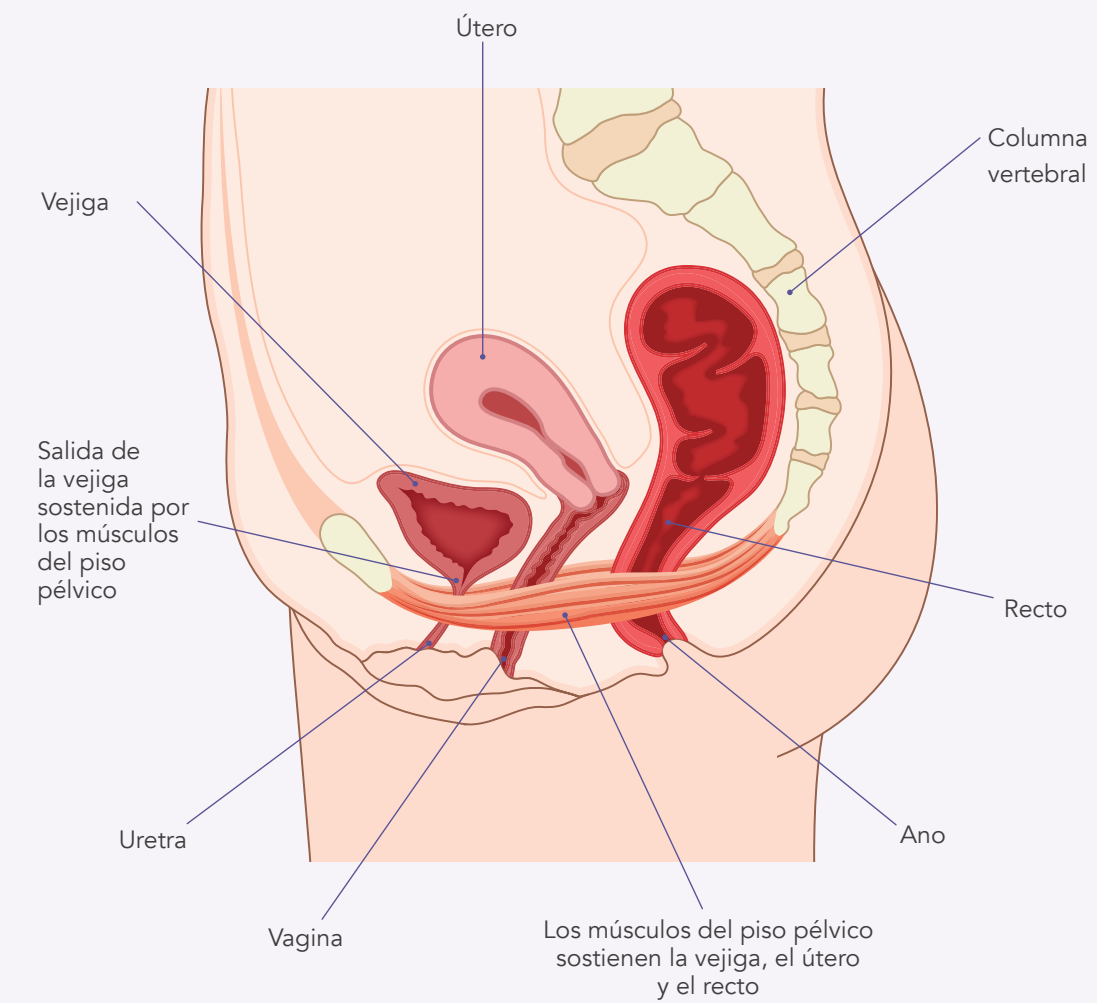
Incontinencia fecal (IF)

Algunas mujeres que padecen de IU también experimentan fugas intestinales o IF, que es la pérdida involuntaria de heces sólidas o líquidas (*heces*).

Aunque es vergonzoso y frustrante, ¡hay soluciones!



Este diagrama puede ser útil para que usted y su proveedor de atención médica hablen sobre sus síntomas del piso pélvico.



Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN.** ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM 7



Opciones de tratamiento

El entrenamiento muscular del piso pélvico (EMPP), también conocido como ejercicios de Kegel, es el primer paso recomendado y el método de referencia para tratar la incontinencia urinaria porque, cuando se realiza correctamente, funciona.¹ Los tratamientos de segunda y tercera línea incluyen medicamentos e intervenciones quirúrgicas, pero los medicamentos pueden tener efectos secundarios, y la cirugía puede ser invasiva.

78 millones de mujeres estadounidenses tienen IU²

Guía de atención para la incontinencia urinaria femenina¹



El EMPP puede realizarse sin supervisión, como hacer ejercicios de Kegel en casa por su cuenta, o con supervisión, como con un fisioterapeuta. Sin embargo, ambos enfoques tienen limitaciones que pueden hacer que el EMPP sea menos eficaz. Puede ser un desafío llegar a la fisioterapia en persona o puede ser difícil conseguir una cita inmediata debido a las largas listas de espera. Practicar por su cuenta tiene sus propias dificultades. La mayoría de las mujeres o bien no saben si están haciendo los ejercicios correctamente, no los hacen lo suficiente o ni siquiera los hacen en absoluto.



Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN**. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM



Resultados probados

Somos una empresa que se guía por los datos y se dedica sin descanso a la salud de la mujer. Con ese fin, no solo **decimos que** Leva funciona, sino que tenemos datos para **demostrarlo**.

En un amplio estudio clínico de mujeres con fugas de orina, la mayoría de las usuarias de Leva observaron lo siguiente:

- Mejora de los síntomas de la IU **a partir de las cuatro semanas** del tratamiento.
- Una **reducción del 80 %** en los episodios de fuga de orina.³

En un seguimiento de este estudio clínico, la mayoría de las usuarias de Leva observaron lo siguiente:

- Una mejoría independientemente de la intensidad de los síntomas de la IU.
- Una mejoría continua de los síntomas de la IU **durante dos años** (después de un período de tratamiento de 8 semanas).⁴

Un estudio de usuarias reales de Leva descubrió lo siguiente:

- **Leva** es eficaz para la incontinencia urinaria de esfuerzo, mixta y de urgencia (incluida la vejiga hiperactiva).
- El **78 %** de las usuarias de Leva sintió **un alivio significativo de los síntomas de la IU**.⁵



Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN**. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM

Siguientes pasos y qué esperar

- ✓ **Pídale a su proveedor de atención médica que envíe una prescripción** al Centro de Mujeres de Leva. Esto le permitirá programar una **consulta gratuita** para verificar la cobertura de su seguro.
 - Una prescripción para Leva **no la obliga a comprar**, pero sí acelera el proceso si decide avanzar.
- ✓ Una vez que nuestro equipo reciba su prescripción, **recibirá un mensaje de texto** del Centro de Mujeres de Leva (con un código de área 617). **El texto tendrá un enlace** para coordinar una hora para hablar con nosotros en una llamada en directo.
- ✓ Siempre puede llamarnos directamente al **1-855-FOR-LEVA (367-5382)** para empezar de inmediato.
- ✓ Verificaremos la cobertura de su seguro para determinar los costos de bolsillo y le proporcionaremos opciones de pago accesibles de acuerdo con ello:
 - **Cobertura de seguro** nacional y regional, según el plan
 - **Elegibilidad** para HSA/FSA
 - Opciones de **plan de pagos** mensuales
 - Una **garantía** de devolución de dinero, sujeta a elegibilidad



Avanzando con Leva

- ✓ Una entrenadora le enviará un mensaje de bienvenida **a través de un mensaje de texto**.
- ✓ Le enviaremos el dispositivo a su casa en un embalaje discreto. No puede recogerlo en una farmacia.
- ✓ Una vez que reciba Leva, **descargue la aplicación Leva**. La aplicación le servirá de guía para empezar.
- ✓ Cuando haya entrenado con Leva dos días seguidos, **recibirá un mensaje de texto para programar una cita con su entrenadora**. Ella la apoyará durante el tratamiento de 12 semanas. Su llamada de asesoramiento **dura entre 10 y 15 minutos y ¡es muy recomendable!** Hablar con una entrenadora puede ayudar a generar confianza, proporcionar consejos personalizados y prepararla para el éxito (*sin embargo, no es obligatorio*).
- ✓ ¡Complete su tratamiento **usando Leva dos veces al día durante 12 semanas!** Su proveedor recibirá informes mensuales para supervisar su tratamiento y su progreso.*
- ✓ Una vez finalizado el tratamiento, **vuelva a consultar a su médico** para hablar sobre sus resultados.

*Depende de la verificación por fax



¡Comience hoy mismo! Llame al 1-855-FOR-LEVA (367-5382)



Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN**. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!



COMENTARIOS DE LAS USUARIAS DE LEVA¹⁰

“

Solía usar toallas sanitarias cuando iba al gimnasio, pero siempre me preocupaba oler mal. ¡Ahora ya no tengo más fugas! Funcionó mucho mejor y más rápido de lo que pensaba. *Leva* te enseña cómo controlar tu propio cuerpo. Es como un entrenador personal para músculos que no puedes ver. **Ojalá hubiera probado *Leva* antes.** Después de tener a mis hijos, había tenido pequeñas fugas durante años y pensaba que era inevitable, así que es fantástico no tener que preocuparme más por ello. ¿Y si alguien dice algo gracioso y me río? ¿Qué pasa si estornudo? ¡Ahora ya no tengo que pensar en esas cosas!

Usuaría de *Leva*, edad 47”

“

El apoyo de mi proveedor y su certeza de que *Leva* podría ayudarme fue muy convincente. De lo contrario, no habría conocido *Leva*. Ella tenía razón; me ayudó. Las instrucciones son muy claras, por lo que es fácil seguir el plan. Los consejos diarios son útiles. Es fácil encontrar de 2 a 3 minutos dos veces al día para comprometerse con *Leva*. Sentí que tenía una animadora que me alentaba. Me mantuvo motivada para continuar. Vale la pena dedicar tiempo y esfuerzo a *Leva* para sentirse más fuerte. El programa funciona y estoy muy contenta de haberlo hecho. Tengo más control sobre las sensaciones de urgencia y muchos menos episodios de fugas.

Usuaría de *Leva*, edad 63”

“

Probé los ejercicios de Kegel antes que *Leva*, pero era difícil saber cómo hacerlos correctamente y cuál era la frecuencia adecuada. *Leva* facilitó la frecuencia y la duración correctas. Ahora orino con menos frecuencia y tengo menos fugas al estornudar y toser. Lo más convincente de *Leva* fue poder hacerlo en la privacidad de mi casa. Fue mucho menos complicado que encontrar y acudir a un fisioterapeuta. **Mi doctor me lo recomendó y le diría que lo siguiera recomendando a otras pacientes. Valió la pena el tiempo y los gastos.**

Usuaría de *Leva*, edad 38”

“

Vi cómo mejoraba mi fuerza a medida que progresaba en las 12 semanas. Gracias por recomendar este programa. Ha mejorado mi situación. Me siento más fuerte y con más control. También me ayudó a controlar mis intestinos. **La comodidad de poder hacer los ejercicios en la intimidad de mi propia casa y la posibilidad de ver mis progresos a lo largo del programa fueron maravillosas.** Recomendaría este programa sin lugar a dudas.

Usuaría de *Leva*, edad 68”

“

Leva cumplió mis expectativas. Ya no tengo que usar toallas sanitarias para las fugas. Ha funcionado fantásticamente. No quería someterme a una cirugía, pero quería poder volver a hacer ejercicio sin incontinencia... y *Leva* me ayudó a recuperar esa capacidad. **No podía creer lo bien que funcionó *Leva* para darme la confianza de seguir con mi día a día sin llevar una toalla sanitaria para las fugas inesperadas.** ¡Estoy muy agradecida por el resultado del producto!

Usuaría de *Leva*, edad 40”

“

Creo que todas las mujeres deberían usar *Leva* después de tener hijos. Es una forma fácil de recuperar la fuerza del piso pélvico y bastante fácil como para adaptarse a la rutina diaria de una madre. **De hecho, desearía haber comenzado con *Leva* antes que con un PF.**

Usuaría de *Leva*, edad 37”

“

La recomendación de mi médico me convenció para dar el paso y valió la pena. Estoy mucho más informada de lo que esperaba, siento que dispongo de herramientas constantes y he visto grandes resultados. Ese progreso fue palpable, y el apoyo fue sólido y proactivo. Me preocupaban mucho las fugas de orina en relación con mi salud a largo plazo. **Realmente valoro que *Leva* aborde un elemento tan esencial de la salud de las mujeres que tan a menudo se descuida o se esconde bajo la alfombra.**

Usuaría de *Leva*, edad 52”

“

El sistema *Leva* me ha ayudado a mejorar mi incontinencia. **Siendo alguien que ha sufrido incontinencia, ha realizado ejercicios de Kegel y fisioterapia, pero seguía padeciendo incontinencia, el sistema *Leva*, recomendado por mi uroginecólogo, fue fundamental para mejorar mi objetivo.** Aprecié las medidas que *Leva* da. Con cada uso me sentía motivada para aguantar más tiempo y levantar un poco más alto.

Usuaría de *Leva*, edad 65”

“

¡Mis síntomas han mejorado enormemente! Mis problemas de incontinencia estaban empeorando, y había pasado de usar toallas sanitarias para pérdidas ligeras a utilizar toallas sanitarias para pérdidas más grandes. Durante el día iba al baño al menos una vez por hora y varias veces por la noche. Desde que utilizo *Leva*, tengo un mejor control y voy menos al baño. **Me alegra que mi médico me haya puesto en este programa. Es un problema de salud muy vergonzoso y esta es una forma muy fácil de mejorar sin medicaciones.** ¡Es tan eficaz!

Usuaría de *Leva*, edad 53”

“

Leva cumplió mi objetivo al 100 %. Ahora puedo controlar mi risa y mi tos sin mojarme. Mi entrenadora fue la mejor. Ella me ayudó mucho y siguió animándome para que lo hiciera. **Quiero aprovechar este momento para darle las gracias a mi médico por recomendarme *Leva*. ¡Siga recomendándolo! Es lo mejor que me han recetado.** Estaba considerando una cirugía para este problema y estoy muy contenta de no haberla hecho y de haber usado *Leva* primero.

Usuaría de *Leva*, edad 48”



Leva REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM

15

¿LO SABÍA?

La edad es un factor de riesgo independiente de la IU²

Con cada década de vida, más mujeres experimentan incontinencia. ¡De hecho, el mercado de pañales para adultos está superando al de pañales para bebés! Aunque los pañales y las prendas protectoras pueden ser útiles para controlar las fugas, tratar el problema puede reducir o eliminar la necesidad de estos productos por completo.



Las mujeres que sufren fugas de orina a menudo experimentan efectos negativos en su calidad de vida en general.

La IU se asocia a lo siguiente:



Reducción de la actividad física y el ejercicio¹, lo que puede provocar aumento del peso



Problemas de salud mental, como ansiedad, depresión y aislamiento social⁸



Hay investigaciones que demuestran que la IU puede evolucionar con el tiempo⁹

Cuando son más jóvenes, las mujeres suelen señalar que los síntomas de IU aparecen y desaparecen. **Pero con el tiempo, los síntomas de la IU pueden evolucionar.** Esto significa que los síntomas pueden volver y ser más graves (p. ej., fugas más frecuentes).



La mayoría de las mujeres que usan Leva son muy constantes con su tratamiento diario

Esto se debe a que es **cómodo, fácil de usar** y puede realizarse en casa o en **cualquier lugar**.

El entrenamiento muscular del piso pélvico (EMPP) es el primer paso recomendado en el tratamiento de las fugas de orina¹ y es un componente clave del cuidado de primera línea de las fugas de heces.¹¹

Es importante probar el EMPP antes de pasar a tratamientos avanzados. La mayoría de las mujeres experimentarán una mejora de los síntomas con el EMPP y, para aquellas que no lo hagan, las intervenciones avanzadas pueden incluir medicaciones o cirugía.

A algunas mujeres les preocupa que Leva no funcione para ellas debido a su edad ("soy demasiado mayor") o a su peso ("tengo sobrepeso"). ¡Pero hay buenas noticias!

Las investigaciones demuestran que la incontinencia en mujeres mayores y con sobrepeso u obesidad puede mejorar con el entrenamiento muscular del piso pélvico.^{3,5}



La incontinencia puede ser un problema grave para las mujeres. Con Leva, no tiene por qué serlo. Ha esperado lo suficiente.

Ha llegado el momento de controlar las fugas de orina porque se lo merece.



Leva **REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN**. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva
PELVIC HEALTH
SYSTEM



¿Existen motivos por los que *Leva* puede **NO** ser adecuado para mí?

En caso de que se diera alguna de las siguientes circunstancias, se recomienda que hable con su proveedor de atención médica, ya que ellos le pueden indicar que *Leva* no es adecuado para usted:

- Si está **embarazada o si cree que puede estarlo**, a menos que lo autorice su proveedor de atención médica.
- Si no han pasado **6 semanas después del parto**, a menos que lo autorice su proveedor de atención médica.
- Si **no puede mantenerse de pie por sí misma** durante al menos cinco minutos al día.
- Si no tiene **un teléfono inteligente** o no tiene acceso a uno durante el tiempo que usa *Leva*.
- Si su principal problema de salud pélvica es **el dolor pélvico**.
- Si siente **dolor al insertar algo en la vagina** o no puede insertar nada en la vagina por otros motivos.
- Si tiene un **bulto vaginal** que sale hacia o desde la abertura vaginal.
- Si no está **dispuesta a realizar ejercicios diarios** durante al menos ocho semanas para abordar los síntomas de las fugas.



Leva REQUIERE UNA PRESCRIPCIÓN. ¡Consulte hoy mismo con su proveedor de atención médica!

Leva® PELVIC HEALTH SYSTEM

Información de seguridad importante para el sistema de salud pélvica *Leva*:

El sistema de salud pélvica *Leva* está diseñado para: **(1)** fortalecer los músculos del piso pélvico, **(2)** rehabilitación y entrenamiento muscular del piso pélvico débil para el tratamiento de la incontinencia urinaria de estrés, la incontinencia urinaria de urgencia mixta y de leve a moderada (*incluida la vejiga hiperactiva*) en las mujeres y **(3)** rehabilitación y entrenamiento muscular del piso pélvico débil para el tratamiento de primera línea de la incontinencia fecal crónica (*>3 meses de evacuación incontrolada en las heces*) en las mujeres. El tratamiento con el sistema *Leva* es con prescripción y no es para todos. Hable con su proveedor de salud médica para ver si el sistema *Leva* es adecuado para usted. Su proveedor de salud médica debe analizar todos los beneficios y riesgos potenciales con usted. No use el sistema *Leva* si está embarazada, o si cree que podría estar embarazada, a menos que su médico le autorice a hacerlo.

Para obtener un resumen completo de los riesgos e instrucciones del sistema *Leva*, consulte las instrucciones de uso disponibles en www.Levatherapy.com.

Exención de responsabilidad con respecto a los testimonios de los pacientes:

Los testimonios se recopilan o registran a través de encuestas, correos electrónicos y entrevistas y reflejan experiencias de la vida real de pacientes reales. Sin embargo, los resultados de cada individuo variarán y los testimonios incluidos no tienen la intención de representar o garantizar que un paciente logre los mismos o similares resultados. Tenga en cuenta además que a algunos pacientes se les puede pagar por sus testimonios.

Fuentes: 1. McKinney JL, Keyser LE, Pulliam SJ, Ferzandi TR. Female Urinary Incontinence Evidence-Based Treatment Pathway: An Infographic for Shared Decision-Making. J Womens Health (Larchmt). 2022;31(3):341-346. doi:10.1089/jwh.2021.0266. 2. Patel UJ, Godecker AL, Giles DL, Brown HW. Updated Prevalence of Urinary Incontinence in Women: 2015-2018 National Population-Based Survey Data. Female Pelvic Med Reconstr Surg. 2022;28(4):181-187. doi:10.1097/SPV.0000000000001127. 3. Weinstein MM, Dunivan G, Guaderrama NM, Richter HE. Digital Therapeutic Device for Urinary Incontinence: A Randomized Controlled Trial. Obstet Gynecol. 2022;139(4):606-615. doi:10.1097/AOG.0000000000004725. 4. Weinstein MM, Dunivan GC, Guaderrama NM, Richter HE. A Motion-based Device Urinary Incontinence Treatment: A Longitudinal Analysis at 18 and 24 Months. Int Urogynecol J. Publicado en línea el 22 de enero de 2024. doi:10.1007/s00192-023-05721-z. 5. Keyser LE, McKinney JL, Pulliam SJ, Weinstein MM. A digital health program for treatment of urinary incontinence: retrospective review of real-world user data. Int Urogynecol J. 2023;34(5):1083-1089. doi:10.1007/s00192-022-05321-3. 6. Ereksan EA, Carleglio MM, Hanissian PD, Strohhahn K, Bynum JP, Fried TR. Functional disability and compromised mobility among older women with urinary incontinence. Cirugía de reconstrucción médica pélvica femenina 2015;21(3):170-175. doi:10.1097/SPV.0000000000000136. 7. Corrêa LCAC, Pirkle CM, Wu YY, Vafael A, Curcio CL, Cámara SMAD. Urinary Incontinence Is Associated With Physical Performance Decline in Community-Dwelling Older Women: Results From the International Mobility in Aging Study. J Aging Health. 2019;31(10):1872-1891. doi:10.1177/0898264318799223. 8. Siddiqui NY, Wiseman JB, Cella D, et al. Mental Health, Sleep and Physical Function in Treatment Seeking Women with Urinary Incontinence. J Urol. 2018;200(4):848-855. doi:10.1016/j.juro.2018.04.076. 9. Li Q, Cheng Y, Shi H, Xue K, Zhou F. Advances in the natural history of urinary incontinence in adult females. J Obstet Gynaecol. 2023;43(1):2171774. doi:10.1080/01443615.2023.2171774. 10. Datos de archivo de Axena. 11. Brown HW, Dyer KY, Rogers RG. Management of Fecal Incontinence. Obstet Gynecol. 2020;136(4):811-822. doi:10.1097/AOG.0000000000004054.