

Administração

Faça sua busca

CIDADANIA CIDADES CIÊNCIA E TECNOLOGIA COMPORTAMENTO CULTURA ECONOMIA EDUCAÇÃO ENTREVISTAS ESPORTE MEIO AMBIENTE POLÍTICA SAÚDE TURISMO E LAZER

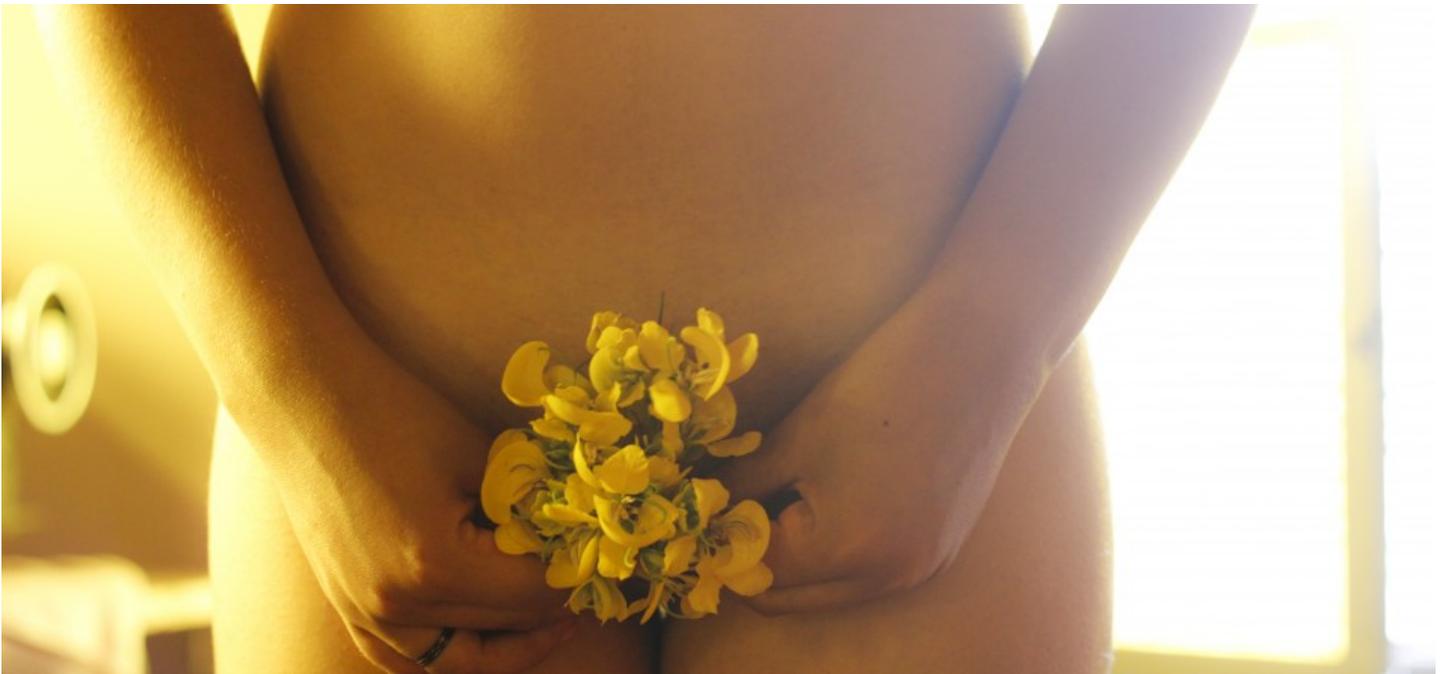
SAÚDE

## Vaginismo, a dor incompreendida das mulheres

Por:  
Dávini  
Ribeiro  
Foto: Dávini  
Ribeiro

Por conta de tabu e dificuldade de diagnóstico, mulheres sofrem por anos antes de descobrir que possuem o transtorno sexual

Tags:  
#sexo feminino Saúde  
SexualidadeFeminina  
TranstornoSexual Vaginismo



O vaginismo é um transtorno sexual que causa contração involuntária dos músculos da vagina. A intensidade pode variar em cada caso — há mulheres que conseguem tolerar a penetração, porém com dor, ardência e desconforto, e casos mais graves, com obstrução total do canal vaginal, impedindo a penetração por completo.

De acordo com a psicoterapeuta especializada em sexualidade Elaine Barbosa o principal fator que motiva o transtorno é o medo. “Em cada pessoa esse medo vai ter um significado. E uma das formas como ela reage a isso é o vaginismo”, explica.

O vaginismo afeta mulheres de qualquer faixa etária e fase da vida. Algumas, apresentam dificuldade desde a primeira experiência sexual, o chamado vaginismo primário. Já o vaginismo secundário é desencadeado mesmo depois de anos de vida sexual normal.

Os principais fatores que motivam a disfunção sexual são:

- Educação familiar muito rígida e punitiva
- Abuso sexual
- Falta de informação
- Violência obstétrica
- Baixa autoestima
- Ansiedade
- Primeira relação sexual desastrosa
- Medo de engravidar
- Crer que sexo é sujo

A psicoterapeuta esclarece que nem toda mulher que passou por um abuso ou por uma criação restritiva vai desenvolver o transtorno, mas que o vaginismo é uma das formas de reação do organismo. Entre as consequências estão a impossibilidade de realização de exames ginecológicos, o sofrimento físico (dor no local), o sofrimento emocional e reflexos negativos na relação da mulher com ela mesma e com o parceiro.

Amanda Lopes (nome fictício), 36 anos, teve dificuldades para transar desde a primeira relação, quando tinha 18. Conseguiu ser penetrada, mas sempre com dor ou muito desconforto. Aos 21, ela começou a procurar tratamento, mas só recentemente teve alta. O motivo: a dificuldade de diagnóstico e a falta de informação sobre que médicos ou especialidades procurar para se tratar.

Apesar de ter uma chance de cura de praticamente 100%, a falta de educação sexual e o despreparo dos médicos que atendem mulheres vaginais deixam o tratamento muito mais difícil. Amanda lembra que foi em cerca de 15 ginecologistas e ouvia que ela “tinha que relaxar”.

Pesquisando sozinha, descobriu o que tinha, mas não sabia como buscar tratamento. Chegou a ir para São Paulo, em uma médica que se dizia especialista em vaginismo que de nada adiantou. “É uma grande zona, ninguém sabe o que fazer”, constata Amanda.

De acordo com a fisioterapeuta Raquel Jácomo, especialista na área, essa dificuldade de diagnóstico é uma característica marcante nas pacientes. “Elas chegam meio revoltadas”, reconhece.

### Tratamento conjunto

O vaginismo é um transtorno psicossomático — um problema de natureza psíquica que se expressa de maneira física, biológica. Ou seja, não adianta pedir que a mulher simplesmente relaxe ou tome um vinho para conseguir transar.

Uma mulher vaginais pode ficar excitada, lubrificada, ter tesão e querer muito transar com o parceiro, mas na hora que o vê nu ou vê o pênis na sua direção, ela trava.

Então, é preciso aliar três especialidades. O primeiro é o ginecologista para descartar anomalias, infecções ou problemas hormonais. A psicoterapeuta Elaine destaca aí a importância de ter paciência durante esse período em que o médico irá fazer uma série de exames e questionamentos. Confirmado o diagnóstico, é necessário tratar o psicológico e o físico.



A fisioterapeuta pélvica Raquel Jácomo simula no braço o uso do equipamento que por meio de eletrodos colocados no exterior da vagina monitora os exercícios de contração e relaxamento

Amanda, por exemplo, já fazia psicoterapia há mais de 12 anos e, anos mais tarde, achou no Google a fisioterapia pélvica. Após aliar os dois, conseguiu superar totalmente o transtorno. Para ela, é interessante porque havia momentos da fisioterapia em que sentia raiva de passar por aquilo, e era com a psicóloga que encontrava apoio. Além disso, sentimentos tratados ali, eram levados para a fisioterapeuta. “É uma coisa que eu lido há muito tempo. Então, acho que fazer um junto com o outro é imprescindível. A fisioterapia sozinha é arriscada”, aconselha.

Na fisioterapia pélvica, o profissional avalia o grau, qual o tamanho de dilatador vaginal usar, realiza exercícios em consultório e indica alguns para casa. O intuito é fortalecer a musculatura da parte inferior da pélvis e fazer com que a mulher os controle.

Já a psicologia faz um levantamento da história da mulher de forma geral e da vida sexual. “A história de vida dela vai dar um sentido para tudo que ela viveu”, comenta a psicoterapeuta.

### Tabu sexual

Algumas publicações dizem que o vaginismo impede a relação sexual e essa é a primeira barreira a ser quebrada. Relação sexual é muito mais que penetração. A psicoterapeuta explica que para muitos homens sexo é um pênis penetrando uma vagina, mas esclarece que essa é uma visão restrita. “Falar sobre sexo em pleno século XXI ainda é um tabu, as pessoas sentem um desconforto muito grande, elas têm crenças errôneas em relação a essa questão”, comenta Elaine Barbosa.



A psicoterapeuta Elaine Barbosa reforça que educação sexual é necessária para quebra de tabus

Para Amanda, foi justamente o tabu o principal motivador para desenvolver o transtorno. Apesar de considerar os pais “tranquilos”, sexo não era um assunto tratado em casa. Ela lembra que ouvia somente coisas que as amigas diziam, e entre elas muitos relatos sobre dor na primeira relação. Somando a falta de informação com o medo, o resultado foi o vaginismo.

A psicoterapeuta Elaine Barbosa acrescenta que outro desafio para a mulher é a figura do parceiro. Quando falta compreensão, surgem ameaças de abandono ou até exigências de sexo anal. Por isso, é importante a mulher estar empoderada e informada para não aceitar esse tipo de relação.

Casada há 15 anos, Amanda conviveu durante todo esse tempo com o vaginismo e diz que, apesar de, sim, bagunçar o relacionamento, ela achou alguém que sempre a apoiou e entendeu. “Você sabe que está

faltando alguma coisa e você não tem a menor ideia de como melhorar. É como se você fosse mulher, mas a sua função não existisse porque você não consegue transar, daí não consegue ter um relacionamento completo, mas eu tive sorte”, conclui.