

REVISTA TÓPICOS

INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS PARA O VAGINISMO: REVISÃO DE LITERATURA

DOI: 10.5281/zenodo.10359399

Maria Eduarda¹

Maicon Franciscan²

Leonardo de Medeiros³

Michelle Dias Santos Santiago⁴

RESUMO

Introdução: O vaginismo é uma disfunção sexual que envolve a contração involuntária dos músculos da vagina, tornando a penetração impossível. Essa condição pode afetar a qualidade de vida das mulheres e pode ser causada por uma variedade de fatores, incluindo motivos biológicos, psicológicos e socioculturais devido ocorrências de traumas na infância, abuso sexual, falta de conhecimento sexual, problemas genéticos e fatores etiológicos. Objetivo: Buscar referências literárias de tratamentos fisioterapêuticos para o vaginismo, seus benefícios e relevância para resultados eficientes. Métodos: Pesquisa bibliográfica e coleta de dados nas bases: Scielo, Lilacs, Pubmed e Google Acadêmico, publicados entre 2009 e 2023. Resultados: Especialistas recomendam uma abordagem multidisciplinar que inclua a fisioterapia como parte importante do tratamento para dor pélvica crônica e síndrome feminina. Conclusão: A

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

análise apresenta os benefícios significativos no tratamento da dispareunia e do vaginismo feminino através da fisioterapia.

Palavras-chaves: Vaginismo. Fisioterapia. Contração sexual. Mulher.

ABSTRACT

Introduction: Vaginismus is a sexual dysfunction that involves the involuntary contraction of the vaginal muscles, making penetration impossible. This condition can affect women's quality of life and can be caused by a variety of factors, including biological, psychological and sociocultural reasons due to childhood trauma, sexual abuse, lack of sexual knowledge, genetic problems and etiological factors. **Objective:** Search for literary references on physiotherapeutic treatments for vaginismus, their benefits and relevance for efficient results. **Methods:** Bibliographical research and data collection in the Scielo, Lilacs, Pubmed and Google Scholar databases, published between 2009 and 2023. **Results:** Experts recommend a multidisciplinary approach that includes physiotherapy as an important part of the treatment for chronic pelvic pain and female syndrome. **Conclusion:** The analysis presents the significant benefits in the treatment of dyspareunia and female vaginismus through physiotherapy.

Keywords: Vaginismus. Physiotherapy. Contraction sexual. Woman.

1. INTRODUÇÃO

O vaginismo é uma disfunção sexual que se caracteriza pela contração involuntária impossibilitando a penetração, podendo ser por meio da

REVISTA TÓPICOS

relação sexual, absorventes internos e exames ginecológicos. (SIQUEIRA LIMA et al., 2020)

Essa disfunção pode ocorrer por motivos biológicos, psicológicos e socioculturais, pode ser adquirida por traumas na infância, abuso sexual, falta de conhecimento sexual, problemas genéticos e fatores etiológicos. (SIQUEIRA LIMA et al., 2020)

Hoje em dia diversas mulheres estão buscando ajuda médica, porém muitas ainda sofrem com esse problema, por vergonha de recorrer a um especialista. Por mais que tenha sido reconhecido o vaginismo é pouco falado, muitas mulheres acham que é normal o desconforto e quando procuram ajuda médica o profissional também desconhece essa disfunção, o que acaba frustrando ainda mais a paciente. (SIQUEIRA LIMA et al., 2020)

Mulheres portadoras do vaginismo relatam dores, medo, tensão, náusea, taquicardia, diminuição drástica da qualidade de vida, desencadeando estresse, insônia, mau humor e depressão. A falta de estimulação e diálogo do parceiro pode intervir negativamente na excitação, de acordo com estudos existem outros fatores que podem desencadear o vaginismo, como excesso de bebidas alcoólicas, uso de anticoncepcional oral, menopausa, depressão, uso de drogas e cirurgias ginecológicas. (TOMEN et al., 2015)

O vaginismo pode ser considerado primário e secundário, quando a mulher não consegue manter relações sexuais devido a contração involuntária,

REVISTA TÓPICOS

desde a primeira relação é chamado de primário, já o secundário ocorre quando a mulher já teve relações, porém não consegue mais manter o ato sexual sem dor e geralmente vem acompanhada de dispareunia (dor durante a relação sexual). (TOMEN et al., 2015)

A atuação do fisioterapeuta é de suma importância para trabalhar a musculatura do assoalho pélvico (AP), fortalecimento muscular, relaxamento e ganho de propriocepção. Por se tratar de uma disfunção que apresenta desordem muscular cinético-funcional, a fisioterapia pélvica é muito indicada, algumas das intervenções fisioterapêuticas usam técnicas como dilatadores vaginais, eletroestimulação e terapia manual. (AVEIRO; GARCIA & DRIUSSO, 2009)

Há indícios de que mulheres que foram submetidas a episiotomia (procedimento feito durante o parto normal para ajudar a passagem de saída da criança) podem desencadear diversas disfunções sexuais, incluindo o vaginismo. Mas ainda assim é algo muito comum, em cerca de 94% dos partos ocorrem a episiotomia. (ALVES & CIRQUEIRA, 2018)

Durante a avaliação do diagnóstico é importante considerar alguns fatores como parceiro, relacionamento, vulnerabilidade individual, cultura e religião, esses fatores podem influenciar na disfunção e no tratamento. Em algumas culturas muitas mulheres não podem nem citar sobre sexualidade, assim acabam sendo pessoas leigas no assunto e não sabendo identificar quando há um problema, ou muitas vezes sentem vergonha por nunca poderem falar sobre o assunto. (SILVA; SEI & VIEIRA, 2021)

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

O vaginismo também afeta o casal, o homem acaba se frustrando e por não ter conhecimento desconta na parceira, que por se sentir mal e culpada acaba se afastando ainda mais, e assim, começam as discussões e isso afeta ainda mais psicologicamente a mulher. Por isso é importante o parceiro ser compreensivo e incentivar a companheira a procurar ajuda profissional e sempre apoiá-la. (PINHEIRO, 2009)

Existem casos em que a rejeição é específica ao parceiro, e quando termina o relacionamento a mulher não sente mais dores e desconfortos, isso devido à violência doméstica, violência verbal ou parceiro com ejaculação precoce. (MOREIRA, 2013)

De acordo com a OMS o vaginismo é uma problemática na saúde pública, pois interfere na vida social das mulheres. A fisioterapia pélvica ainda é pouco estudada, mas já proporciona diversos feedbacks positivos das pacientes, diminuição de dor e tensão, promove a relação e melhora no controle da musculatura. (NAGAMINE & SILVA, 2021)

O tratamento deve ser feito por uma equipe multidisciplinar, principalmente em casos de abuso sexual, que deve ser encaminhado a um psicólogo. O fisioterapeuta tem a função de reabilitar a disfunção física. (COSTA; SILVA & FERRO, 2022)

Por mais que os estudos dessa disfunção sejam escassos, diversos profissionais concordam que precisa ser estudado com cautela, pois pode

REVISTA TÓPICOS

desenvolver outras patologias decorrentes. (AMARAL et al., 2022)

2. OBJETIVO

Verificar os efeitos do tratamento fisioterapêutico sobre o vaginismo, assim como sua importância e relevância para os resultados da pesquisa.

3. MÉTODOS

Segundo os estudos para execução dessa análise foram realizadas pesquisas bibliográficas e coleta de dados nas bases: Scielo, Lilacs, Pubmed e Google Acadêmico. Os artigos considerados apresentaram métodos de análises, revisões sistemáticas e ensaios clínicos randomizados, publicados entre 2009 e 2023. As palavras chaves utilizadas foram: vaginismo; Fisioterapia; Contração sexual; Mulher.

4 RESULTADOS

Segue abaixo uma análise sobre os recursos utilizados para o tratamento do vaginismo:

4.1 Dilatadores vaginais

REVISTA TÓPICOS

Autor/ Ano	Objetivo	Método	Resultado	Conclusão
TEIXEIRA et al., 2020	Avaliar o uso de moldes dilatadores vaginais confeccionados com impressão tridimensional (3D).	Foram selecionadas 16 pacientes com diagnóstico de agenesia vaginal.	14 pacientes atingiram um comprimento vaginal final de 6 cm ou mais.	Os moldes de impressão 3D para dilatação vaginal obtiveram sucesso em 87,5% das pacientes.

Elaborada pelos próprios autores

4.2 Eletroestimulação

Autor/ Ano	Objetivo	Método	Resultado	Conclusão
YARAGHI et al., 2018	Comparar a eficácia da estimulação elétrica com a injeção de toxina botulínica.	Incluídas mulheres com vaginismo primário, diagnosticadas de acordo com critérios do DSM-5 e submetidas a tratamentos com injeção botulínica (grupo intervenção) e fisioterapia como atual tratamento (grupo controle).	Os resultados do qui-quadrado teste mostrou uma diferença significativa entre os dois grupos em termos de relações sexuais bem-sucedidas.	A avaliação da eficácia da fisioterapia e da toxina botulínica revelou que o método padrão de fisioterapia com técnicas de FES e dessensibilização tiveram uma taxa de sucesso maior do que as injeções de toxina botulínica em todos domínios do funcionamento sexual.

Elaborada pelos próprios autores

4.3 Terapia manual

REVISTA TÓPICOS

Autor/ Ano	Objetivo	Método	Resultado	Conclusão
TOMEN et al., 2015	Trabalhar a musculatura do AP de forma a conscientizar as mulheres da contração voluntária destes músculos.	A terapia manual é constituída por um conjunto de métodos com intenção terapêutica ou preventiva, com uma manobra manual.	Ressalta-se que fatores de ordem relacional, como a falta de estimulação apropriada do companheiro e a ausência de diálogo podem intervir negativamente na excitação sexual.	A fisioterapia promove efeito significativo sobre a qualidade de vida e satisfação sexual de mulheres com vaginismo.

Elaborada pelos próprios autores

4.4 Cones vaginais

Autor/ Ano	Objetivo	Método	Resultado	Conclusão
HOLZSCHUH & SUDBRACK, 2019	Avaliar o uso de cones vaginais no fortalecimento do AP em mulheres com incontinência urinária (IU) pós-menopausa.	Estudo quantitativo de delineamento observacional exploratório do tipo estudo de casos, realizado com 2 mulheres inscritas para tratamento de IU.	Quanto ao ICIQ-SF, a paciente 1, na avaliação, pontuou o escore de 10 pontos (muito grave) e na reavaliação 2 (leve impacto).	Os cones vaginais beneficiaram mulheres com IU de esforço, fortalecendo os músculos do AP, proporcionando melhora na qualidade de vida.

Elaborada pelos próprios autores

4.5 Técnicas associadas

Autor/ Ano	Objetivo	Método	Resultado	Conclusão
-------------------	-----------------	---------------	------------------	------------------

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

<p>“Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas CATUSSABA - ISSN 2237-3608”, [s.d.]</p>	<p>Investigar quais recursos fisioterapêuticos são utilizados nos tratamentos das disfunções sexuais femininas.</p>	<p>Uso da eletroestimulação associado simultaneamente ao biofeedback. 12 mulheres, durante 12 semanas. Também recebiam dilatadores vaginais de silicone de diversos tamanhos para prática em domicílio e foram orientadas a realizar</p>	<p>As que completaram o programa relataram melhora estatisticamente significativa da satisfação sexual.</p>	<p>A fisioterapia dispõe de diversos recursos para tratar as disfunções sexuais femininas. Dentre eles, destacam-se a cinesioterapia, eletroestimulação, biofeedback, cones vaginais e terapias manuais.</p>
		<p>os exercícios de dessensibilização da região vulvar e vaginal, com 8 estágios de progressão.</p>		
<p>PACIK & GELETTA, 2017</p>	<p>Tratar as manifestações físicas e psicológicas de mulheres com vaginismo e registrar sucessos, fracassos e efeitos adversos desta abordagem de tratamento.</p>	<p>Abordagem multimodal incluindo injeções intravaginais de onabotulinumtoxina (Botox) e bupivacaína, dilatação progressiva sob sedação consciente, dilatador permanente.</p>	<p>Após o tratamento, 171 pacientes (71%) alcançaram relações sexuais sem dor, resultado em média 5,1 semanas.</p>	<p>A combinação multimodal de injeções de onabotulinumtoxina com injeções de bupivacaína, dilatação progressiva sob anestesia, uso de um dilatador permanente e aconselhamento e apoio pós-tratamento parece ser segura e eficaz no tratamento do vaginismo.</p>
<p>VILLAS et al., [s.d.]</p>	<p>Verificar sobre a efetividade do tratamento fisioterapêutico da dor genitopélvica de penetração.</p>	<p>Revisão de literatura, realizada nas bases eletrônicas de dados Scielo e Pubmed.</p>	<p>Foram observadas diferentes terapêuticas descritas na literatura, entre elas, a cinesioterapia, eletroestimulação, ginástica hipopressiva,</p>	<p>Todos os estudos apresentaram melhora dos sintomas associados às disfunções sexuais, demonstrando os benefícios da fisioterapia.</p>

REVISTA TÓPICOS

			biofeedback, cones vaginais e terapia manual e todas obtiveram um bom resultado.	
TALYANE, 2022	Evidenciar os recursos fisioterapêuticos que podem beneficiar o tratamento do vaginismo.	Buscou-se por meio de artigos científicos estudar o tratamento para as mulheres de 25 a 60 anos e como a fisioterapia pode trabalhar para reverter a situação.	A fisioterapia previne e trata limitações e incapacidades físicas, restaura função, mobilidade e promove alívio da dor. As técnicas que apontam maiores benefícios diante do tratamento do vaginismo: Exercício de Kegel e o biofeedback.	Evidente a efetividade da fisioterapia uroginecológica no tratamento da hiperatividade da musculatura do AP e na qualidade e satisfação da vida sexual do indivíduo.
REGINA DE SOUSA RUA et al., [s.d.]	Descrever a importância da intervenção	As buscas por artigos científicos foram conduzidas	A intervenção fisioterapêutica convencional por	A intervenção fisioterapêutica é imprescindível para
	fisioterapêutica para mulheres com vaginismo.	por 2 pesquisadores independentes, nas bases de dados eletrônicas SciELO e BVS.	meio de exercícios do AP, dessensibilização, massagem perineal e relaxamento, parece demonstrar melhor efeito terapêutico em comparação com as outras técnicas apresentadas.	mulheres que apresentam vaginismo, tendo em vista a efetividade na prevenção e tratamento, além de promover melhora importante na qualidade de vida e na satisfação sexual das mulheres.

Elaborada pelos próprios autores

5. DISCUSSÃO

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

De acordo com TOMEN et al., (2016) a terapia manual melhora a qualidade de vida da mulher, porém essa técnica pode causar dor e desconforto, aborda os fatores relacionais que intervêm entre o casal, e que podem ser uma das causas para o acometimento, entretanto REGINA DE SOUSA RUA et al., [s.d.], evidencia benefícios perante quadros de vaginismo e seus acometimentos.

No estudo de TEIXEIRA et al., (2020) concluiu que os moldes de impressão 3D para dilatação vaginal obtiveram sucesso em 87,5% das pacientes. Perante resultados de “Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas | CATUSSABA - ISSN 2237-3608”, [s.d.], a eletroestimulação auxilia nas dores e fortalecimento muscular, e que ainda relaciona a YARAGHI et al., (2018) que constata maior eficácia perante a toxina botulínica para tratar o vaginismo.

No estudo de HOLZSCHUH & SUDBRACK, (2019) os cones vaginais ajudam também mulheres com IU e associado a análise de “Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas | CATUSSABA - ISSN 2237-3608”, [s.d.], o tratamento com os cones vaginais são importantes para o fortalecimento dos músculos do AP. Já PACIK & GELETTA, (2017) concluem que a injeção de onabotulinumtoxina é segura e eficaz no tratamento do vaginismo. A pesquisa de TALYANE, (2022) aponta que exercícios de Kegel e biofeedback são as principais técnicas para o tratamento do vaginismo,

REVISTA TÓPICOS

como VILLAS et al., [s.d.], que também associa com a realização de outras condutas fisioterapêuticas.

A maioria dos estudos apontam que quando as técnicas são relacionadas obtêm-se melhores resultados. Sendo assim, constata-se que todos entraram em comum acordo de que a fisioterapia pélvica é de extrema importância para o tratamento do vaginismo e para a melhora na satisfação sexual, resultando em maior qualidade de vida das mulheres acometidas.

6. CONCLUSÃO

O vaginismo traz diversos problemas para as mulheres, tanto físicos quanto psicológicos. É de suma importância um bom profissional para realizar um diagnóstico correto e uma equipe multidisciplinar para ajudá-la em todos os problemas acarretados. A fisioterapia pélvica é de extrema importância para um tratamento eficaz. Houve dificuldade para encontrar estudos para o tratamento do vaginismo, pois ainda é uma disfunção pouco estudada perante a literatura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, A. M.; CIRQUEIRA, R. P. Sintomas do Vaginismo em Mulheres Submetidas à Episiotomia. **ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 13, n. 43, p. 329–339, 18 dez. 2018. <https://doi.org/10.14295/idonline.v13i43.1525>

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

AMARAL, L. L. M. et al. Abordagem terapêutica em mulheres com Vaginismo: revisão de literatura / Therapeutic approach in women with Vaginism: literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 5, n. 4, p. 12134–12146, 4 jul. 2022. <https://doi.org/10.34119/bjhrv5n4-015>

AVEIRO, M. C.; GARCIA, A. P. U.; DRIUSSO, P. Efetividade de intervenções fisioterapêuticas para o vaginismo: uma revisão da literatura. **Fisioterapia e Pesquisa**, v. 16, n. 3, p. 279–283, set. 2009. <https://doi.org/10.1590/s1809-29502009000300016>

COSTA, E. A. G. DA; SILVA, J. C. DA; FERRO, T. N. DE L. Atuação fisioterapêutica no vaginismo em mulheres que sofreram abuso sexual: revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 17, p. e243111738905– e243111738905, 27 dez. 2022. <https://doi.org/10.33448/rsd-v11i17.38905>

HOLZSCHUH, J. T.; SUDBRACK, A. C. Eficácia dos cones vaginais no fortalecimento do assoalho pélvico na incontinência urinária feminina pós-menopausa: estudo de casos. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 9, n. 4, p. 498– 504, 20 nov. 2019. <https://doi.org/10.17267/2238-2704rpf.v9i4.2542>

MOREIRA, R. L. B. D. Vaginismus. **Revista Médica de Minas Gerais**, v. 23, n. 3, 2013. <https://doi.org/10.5935/2238-3182.20130053>

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

NAGAMINE, B. P.; SILVA, K. C. C. DA. A utilização dos massageadores perineais e dilatadores vaginais como métodos de tratamento fisioterapêutico nas Disfunções Pélvicas: Vaginismo e Dispareunia.

Research, Society and Development, v. 10, n. 6, p. e41710616028, 4 jun. 2021. <https://doi.org/10.33448/rsd-v10i6.16028>

PACIK, P. T.; GELETTA, S. Vaginismus Treatment: Clinical Trials Follow Up 241 Patients. **Sexual Medicine**, v. 5, n. 2, p. e114–e123, jun. 2017.

<https://doi.org/10.1016/j.esxm.2017.02.002>

PINHEIRO, M. O casal com vaginismo: um olhar da Gestalt-terapia Couple with vaginismus: A look of Gestalt-therapy. **IGT na Rede ISSN 1807-2526**, v. 6, n. 10, 29 maio 2009. Disponível em:

<https://igt.psc.br/ojs3/index.php/IGTnaRede/article/view/196>

Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas | CATUSSABA - ISSN 2237-3608. **repositorio.unp.br**, [s.d.].

Available from:

<https://repositorio.unp.br/index.php/catussaba/article/view/614>

REGINA DE SOUSA RUA, T. et al. **A importância da intervenção fisioterapêutica no vaginismo: uma revisão sistemática** The importance of physiotherapeutic intervention in vaginism: a systematic review. [s.l: s.n.]. Disponível em:

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1397889/femina-2022-509-549-555.pdf>

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

SILVA, A. C. DE M.; SEI, M. B.; VIEIRA, R. B. DE A. P. Family, religion, and sex education among women with vaginismus: A qualitative study.

Psicologia - Teoria e Prática, v. 23, n. 3, 2021.

<https://doi.org/10.5935/1980-6906/eptpcp13276>

SIQUEIRA LIMA, I. et al. IMPLICAÇÕES DO VAGINISMO NO COTIDIANO DAS MULHERES. **Revista Brasileira de Sexualidade Humana**,

v. 31, n. 1, 28 set. 2020. <https://doi.org/10.35919/rbsh.v31i1.58>

TALYANE, S. Recursos Fisioterapêuticos Utilizados no Tratamento do Vaginismo. **Unirb.edu.br**, 2022. Disponível em:

<http://dspace.unirb.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/398>

TEIXEIRA, T. et al. Development of personalized molds for neovagina creation by 3D printer. v. 66, n. 11, p. 1498–1502, 1 nov. 2020.

<https://doi.org/10.1590/1806-9282.66.11.1498>

TOMEN, A. et al. A fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres portadoras de vaginismo The pelvic-floor physical therapy for the treatment of woman suffering from vaginismus. **Rev. Ciênc. Méd**, v. 24, n. 3, p. 121–130, 2015. Available from:

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/837118/3147-10340-2-pb.pdf>

VILLAS, D. et al. **ABSTRACT**. [s.l: s.n.]. Disponível em:

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2020/02/1050092/femina-2018-461-32->

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672

REVISTA TÓPICOS

[37.pdf](#)

YARAGHI, M. et al. Comparing the effectiveness of functional electrical stimulation via sexual cognitive/behavioral therapy of pelvic floor muscles versus local injection of botulinum toxin on the sexual functioning of patients with primary vaginismus: a randomized clinical trial.

International Urogynecology Journal, 1 dez. 2018.

<https://doi.org/10.1007/s00192-018-3836-7>

^{1,3} Discentes do curso de Fisioterapia, UNI FACCAMP - Campo Limpo Paulista, SP, Brasil

⁴ Santiago MDS – Mestre em Neurologia e Neurociência - Unifesp, Docente do curso de Fisioterapia, UNI FACCAMP - Campo Limpo Paulista, SP, Brasil

¹ mariaalmeida3011@gmail.com

² maiconfranciscon89@gmail.com

³ Leonardo221.lm@gmail.com

⁴ michelle.santiago@faccamp.br

REVISTA TÓPICOS - ISSN: 2965-6672