

BENEFÍCIOS DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO EM MULHERES COM VAGINISMO

AUTORES

Lívia Macedo SILVA

Lara Letícia MOURA

Discentes do curso de Fisioterapia UNILAGO

Bianca Zezi SANCHES

Docente do curso de Fisioterapia UNILAGO

RESUMO

Introdução: O vaginismo consiste na disfunção sexual feminina (DSF) onde ocorre a incapacidade de interagir no relacionamento sexual com satisfação. É caracterizado como uma desordem sexual ocasionada por espasmos involuntários recorrentes ou persistentes da musculatura vaginal. **Objetivo:** Este trabalho tem como objetivo evidenciar as intervenções fisioterapêuticas realizadas para o tratamento do vaginismo, relatando as principais causas e os benefícios do acompanhamento para o alcance da melhora do quadro. **Método:** Este é um estudo com abordagem qualitativa, onde foi realizado uma revisão bibliográfica. Foi utilizados os indexadores MEDLINE (Literatura Internacional em Ciências da Saúde), PubMed (Public / Publisher MEDLINE), SciELO (Scientific Electronic Library Online), entre outros sites científicos e os arquivos pesquisados serão de 2018 a 2022. **Resultados:** Através dos estudos realizados obtivemos resultados que ressaltaram as principais intervenções fisioterapêuticas voltadas ao tratamento do vaginismo. Onde a atuação do fisioterapeuta permite que os pacientes passem por treinamento e monitorização no processo de reabilitação, onde a falta de instruções contínua contribui diretamente para o aumento de erros na contração voluntária dos músculos do assoalho pélvico. **Conclusão:** Os resultados deste estudo demonstraram que a intervenção fisioterapêutica, que incluiu técnicas como fortalecimento do assoalho pélvico, terapia manual, eletroestimulação, biofeedback e ginástica hipopressiva, desempenhou um papel significativo no tratamento do vaginismo.

PALAVRAS - CHAVE

Vaginismo. Intervenções fisioterapêutica. Sexualidade feminina.

1. INTRODUÇÃO

A função sexual feminina é caracterizada como complexa, pois é uma das dimensões que envolve fatores como orientação sexual, emocional, gênero e reprodução. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, a sexualidade é vista como uma interação de fatores biológicos, socioeconômicos, religioso e político-cultural. Com isso o Ministério da Saúde reconhece qualquer disfunção sexual como um problema de Saúde Pública devido as alterações ocasionadas na qualidade de vida das mulheres (SOUZA et al. 2020).

O vaginismo consiste na disfunção sexual feminina (DSF) onde ocorre a incapacidade de interagir no relacionamento sexual com satisfação. É caracterizado como uma desordem sexual ocasionada por espasmos involuntários recorrentes ou persistentes da musculatura vaginal e influenciam negativamente sobre a relação sexual da mulher, podendo ocasionar dor durante o ato sexual (LOMBLEM, 2022).

Essa disfunção é um forte fator que resulta em inúmeros problemas sociais, psicológicos, ginecológicos, psiquiátricos e sexológicos. As mulheres portadoras do vaginismo relatam dor no momento da penetração e outros sintomas como dispneia, náusea, sudorese e taquicardia proveniente do medo, da tensão e do espasmo muscular involuntário (SANTOS, 2022).

De acordo com Souto et al. (2022) estimasse que de 14% a 34% das mulheres jovens e de 6,5% a 45% das mulheres com mais idade possuem transtorno de dor gênito-pélvica durante a penetração. No entanto, devido a atual diferença de critério para o diagnóstico do vaginismo estudos estabelecem que variam de 3 e 25% para dispareunia e de 0,4% a 6,6% para vaginismo.

A pelve é composta por cóccix, sacro e dois ossos ilíacos, a estrutura óssea forma duas cavidades a superior e a inferior. A inferior é menor e mais profunda e comporta o sistema genital, bexiga, parte dos ureteres e a porção final do tubo digestório. A mulher acometida pela patologia sofre de uma contração involuntária nos músculos e terço externo da vagina, o que resulta na dificuldade ou impedimento da penetração sexual gerando uma angústia pessoal (ALCÂNTARA; BASTOS, 2019).

O diagnóstico é realizado diante da queixa da paciente, juntamente com alguns elementos presentes na anamnese, é de suma importância, assim como a investigação das condições do parceiro, visto que algumas alterações na função sexual do companheiro podem resultar em equívocos na interpretação do quadro referido pela mulher. Deve-se também investigar se a disfunção foi adquirida ou estende-se ao longo da vida, se ocorre apenas com algum parceiro, se ocorre em determinadas situações ou de forma geral, com qualquer parceiro ou em qualquer situação (PERONDI; VILLA, 2015).

A fisioterapia vem se destacando como uma nova alternativa para o tratamento ou amenização do vaginismo. A fisioterapia uroginecológica exerce um importante papel durante o tratamento, onde são trabalhados através dos exercícios cinesioterapêuticos a percepção e coordenação dos músculos do assoalho pélvico, para a utilização adequada da musculatura das contrações durante o ato sexual (ALCÂNTARA; BASTOS, 2019).

Considera-se vaginismo quando a paciente está apresentando sintomas a mais de seis meses. O exame subjetivo é importante, no entanto muitas vezes as mulheres podem esconder os sintomas por vergonha ou receio. A avaliação cuidadosa e minuciosa é de suma importância para descartar a presença de tumores, cistos, traumas e candidíase. Deve-se também realizar a palpação da parede vaginal com o dedo, se tolerável, para avaliar o tônus e resistência muscular (BARACHO, 2012).

A atuação do fisioterapeuta consiste em trabalhar de forma a conscientizar as mulheres da contração voluntária destes músculos, estimulando seu relaxamento e fortalecimento, assim como um maior ganho proprioceptivo (SANTOS, 2022).

O fisioterapeuta trabalha a musculatura do assoalho pélvico de forma a conscientizar as mulheres da importância da contração voluntária desses músculos. Uma das atividades realizadas é a cinesioterapia que consiste na realização de exercícios perineais com o intuito de restaurar a sua força e função. Esse tratamento consiste no relaxamento da musculatura do assoalho pélvico e dos músculos acessórios como: obturadores internos e externos, adutores de coxa, piriforme, glúteo entre outros. (TOMEN et al., 2015).

A ginástica hipopressiva também é uma alternativa de tratamento onde são praticados em três fases: a primeira consiste na inspiração diafragmática lenta e profunda, a segunda é a expiração completa e a terceira é a aspiração diafragmática, onde ocorre progressiva contração dos músculos abdominais profundos, intercostais e elevação das cúpulas diafragmáticas (DELGADO; FERREIRA; SOUSA, 2015).

A terapia manual consiste em uma massagem longitudinal, transversa e compreensiva, exercícios terapêuticos, tração manual e manipulação de tecidos. A massagem promove a normalização do tônus muscular devido as ações reflexas mecânicas, ocorrendo assim um aumento da circulação sanguínea, da flexibilidade muscular e do fluxo linfático (RIBEIRO, BERETTA, SOUSA, 2022).

Os eletroestimuladores são de grande importância quando se trata do emprego de correntes elétricas para o fortalecimento e reeducação muscular, alívio do quadro algico, redução de edemas entre outros. Uma das vantagens dessa atividade é a ausência de efeitos colaterais. Outro tratamento utilizado é o biofeedback que consiste em um aparelho com eletrodos perineais, associados a representação gráfica, informando ao fisioterapeuta e a paciente os acontecimentos internos normais e atípicos dos MAPs, monitorando sua tonificação e força (OLIVEIRA, 2023).

Este trabalho se justifica pois o vaginismo ainda é um tabu a ser enfrentado pela população feminina, pois os números de mulheres com DSFs são altos e a atuação da fisioterapia pélvica consiste em trabalhar com a musculatura do assoalho pélvico ensinando e conscientizando ao público feminino sobre os benefícios, a importância e como realizar a contração voluntária destes músculos, estimulando o seu fortalecimento e relaxamento.

2. OBJETIVOS

2.1 Geral

Este trabalho tem como objetivo evidenciar as intervenções fisioterapêuticas realizadas para o tratamento do vaginismo, relatando as principais causas e os benefícios do acompanhamento para o alcance da melhora do quadro.

2.2 Específico

O presente irá descrever as principais causas e sintomas do vaginismo; relatar as avaliações fisioterapêuticas para esta patologia e ainda descrever os tratamentos a serem executados pelo fisioterapeuta para o vaginismo, evidenciando a importância e atuação do mesmo neste processo.

3. METODOLOGIA

Este é um estudo com abordagem qualitativa, onde foi realizado uma revisão bibliográfica, ou uma revisão de literatura de obras já existentes. Foi realizado um levantamento bibliográfico e análise de publicações científicas, as palavras-chave utilizadas foram: vaginismo, sexualidade, tratamento fisioterapêutico e exercícios de

cinesioterapia. Foram utilizados como instrumentos de pesquisa os indexadores MEDLINE (Literatura Internacional em Ciências da Saúde), PubMed (Public / Publisher MEDLINE), SciELO (Scientific Electronic Library Online), entre outros sites científicos.

A pesquisa foi realizada considerando os textos que abordam a patologia que acomete o público feminino que possua o vaginismo e tratamentos fisioterapêuticos para essa disfunção. Foram considerados como critérios de inclusão (arquivos pesquisados de 2012 a 2023, língua portuguesa) e de exclusão (trabalhos que não tenham estudo de caso), sendo coletas as variáveis pertinentes ao tema.

4. RESULTADOS

Foram identificados 30 artigos na base Scielo, na base Google Acadêmico 22 e na base PubMed 9 artigos. Após análise do resumo foram excluídos 30 artigos, por serem inferior ao ano de 2018 e 18 artigos por não apresentarem estudo de caso em seu desenvolvimento.

Após avaliação interna e criteriosa apenas 14 artigos foram incluídos nessa pesquisa. Utilizou-se como critérios de inclusão assuntos como sexualidade, vaginismo e tratamento fisioterapêutico. No qual, 14 artigos abordaram sobre o vaginismo e tratamento fisioterapêutico e 10 destes abordavam sobre a sexualidade. A Figura 1 mostra o fluxograma da seleção e inclusão desses artigos.

Figura 1: Fluxograma dos estudos identificados na revisão.

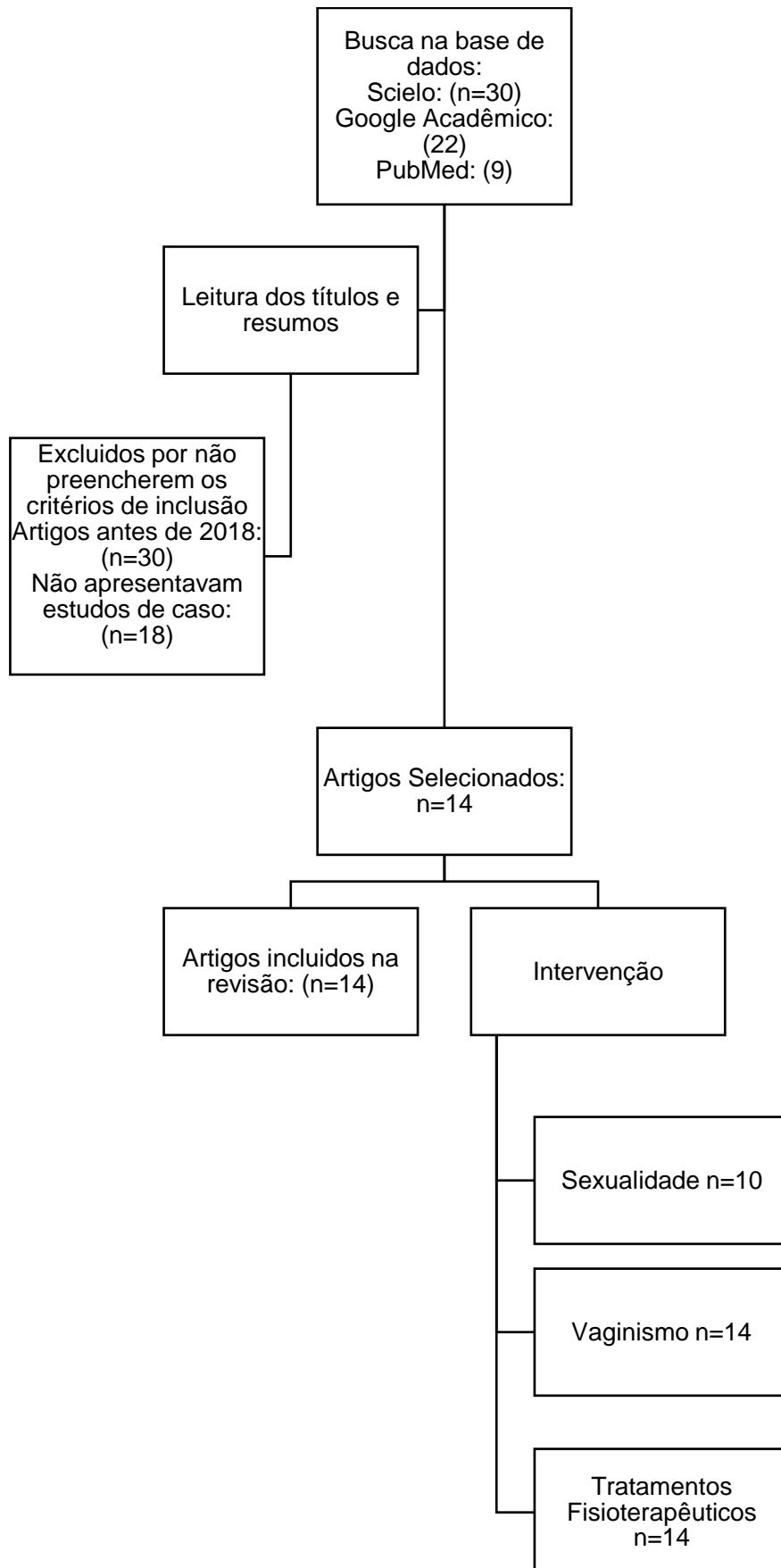


Tabela 1: Características dos estudos incluídos na revisão.

Título Autor/Ano	Objetivos	Metodologia	Resultados
Fisioterapia no Vaginismo: estudo de caso SCHAFASCHECK et al. 2020	Verificar os efeitos do tratamento fisioterapêutico no vaginismo	Foi realizado um estudo de caso de uma paciente de 45 anos, a mesma foi submetida a 10 sessões de fisioterapia pélvica com TENS, massagem perineal, calor superficial, desativação de pontos-gatilhos e terapia vibração.	Como resultado todos os parâmetros funcionais do assoalho pélvico apresentaram melhora significativa, já em relação ao desempenho sexual não houve melhora.
Atuação fisioterápica no tratamento do vaginismo: relato de caso SILVA, FELIX, MOZERLE, 2020	Verificar a efetividade do fisioterapeuta no tratamento da hiperatividade da musculatura do assoalho pélvico (MAP).	Foi realizado uma avaliação da qualidade de vida sexual utilizando o Inventário de Satisfação Sexual de Golombok, na avaliação da dor e na avaliação subjetiva e objetiva do tônus vaginal utilizando a escala de Avaliação Funcional do Assoalho Pélvico antes e após a intervenção fisioterapêutica.	Apresentaram como resultado uma melhora expressiva em relação a atividade funcional do assoalho pélvico onde as técnicas utilizadas foram de conscientização com espelho, relaxamento da parede vaginal, dessensibilização e exercícios de Kegel.
Abordagem fisioterapêutica no tratamento do vaginismo ALCÂNTARA; BASTOS, 2019	Avaliar a importância da fisioterapia pélvica e os recursos utilizados no tratamento de mulheres portadoras de vaginismo.	Foram utilizadas a avaliação fisioterapêutica, cinesioterapia, eletroestimulação, biofeedback, terapia manual, dilatadores vaginais e dessensibilização gradual.	A fisioterapia pélvica proporciona as mulheres portadoras do vaginismo um efeito relevante sobre a qualidade de vida e satisfação sexual.
Pelvic floor rehabilitation in the treatment of women with dyspareunia: a randomized controlled clinical trial. GHADERI, F. et al. 2019	Avaliar os efeitos das técnicas de reabilitação tais como biofeedback, terapia manual, e eletroterapia, do assoalho pélvico na dispareunia.	No estudo participaram 64 mulheres com dispareunia, no qual foram randomizadas em dois grupos: o grupo experimental (n = 32) recebeu eletroterapia, terapia manual, exercícios de Kegel e uso de cones vaginais e o grupo controle (n = 32) não teve tratamento enquanto estava na lista de espera.	Em todas as pacientes do grupo experimental observou-se uma melhora significativa na dispareunia.

5. DISCUSSÃO

Por meio dos estudos realizados, foram obtidos resultados que destacam as principais intervenções fisioterapêuticas no tratamento do vaginismo. A atuação do fisioterapeuta permite que os pacientes passem por treinamento e monitorização no processo de reabilitação. A falta de instruções contínuas contribui diretamente para o aumento de erros na contração voluntária dos músculos do assoalho pélvico (SANTOS, 2022).

Schafascheck et al. (2020) relatam em seu estudo os benefícios do tratamento fisioterapêutico para o vaginismo. Realizou-se um estudo de caso em uma paciente de 45 anos, avaliando sua função sexual e a do assoalho pélvico antes e após o tratamento onde foi utilizado como intervenção a fisioterapia pélvica com TENS, massagem perineal, calor superficial, desativação de pontos-gatilhos e terapia vibração. Observou-se que o tratamento contribuiu significativamente para a melhora do funcionamento do assoalho pélvico, embora essa melhora não tenha sido tão expressiva em relação ao desempenho sexual.

De acordo com Silva, Feliz e Morzele (2020), a ansiedade fóbica antes da relação sexual pode resultar em contrações involuntárias dos músculos da pelve, adutores e de todo o corpo, contribuindo para o vaginismo. No entanto, por meio das sessões de fisioterapia pélvica, esse condicionamento tende a melhorar, reduzindo esses efeitos e melhorando a qualidade de vida das mulheres.

Em um estudo realizado por Alcântara e Bastos (2019), que avaliou 25 mulheres com vaginismo, observou-se uma melhora significativa na efetividade do tratamento fisioterapêutico, sem a necessidade de intervenção cirúrgica. Técnicas como cinesioterapia, dilatadores vaginais e biofeedback se mostraram eficazes, resultando em uma melhora na força da musculatura e na qualidade de vida das mulheres.

Ghaderi et al. (2019) avaliaram os efeitos das técnicas de reabilitação do assoalho pélvico na dispareunia. Eles observaram que a associação dos cones vaginais com os exercícios de biofeedback, terapia manual, e eletroterapia, do assoalho pélvico na dispareunia. Promoveu resultados benéficos para as pacientes. Concluíram que a conscientização e a propriocepção da musculatura da região perineal, quando estimuladas por exercícios, geraram efeitos na receptividade para a relação sexual e melhoraram o desempenho sexual.

Portanto, diante dos resultados obtidos, fica evidente que os tratamentos para fortalecimento do assoalho pélvico, com a utilização de técnicas da fisioterapia pélvica, se mostraram mais eficazes. Em seguida, destacaram-se as técnicas de biofeedback e eletroestimulação, que também contribuíram para a melhora no desempenho sexual e no tratamento do vaginismo.

6. CONCLUSÃO

Os resultados deste estudo demonstraram que a intervenção fisioterapêutica, que incluiu técnicas como fortalecimento do assoalho pélvico, terapia manual, eletroestimulação, biofeedback e ginástica hipopressiva, desempenhou um papel significativo no tratamento do vaginismo. Esta abordagem mostrou-se eficaz, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e satisfação sexual das pacientes.

7. REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, A. P. C.; BASTOS, C. F. P. **Abordagem fisioterapêutica no tratamento do vaginismo**. 2019. 18 f. Dissertação (Bacharel em Medicina) – Uniceplac, Brasília, 2019. Disponível em: <https://dspace.uniceplac.edu.br/bitstream/123456789/372/1/Ana_Alc%20ntara_0003850%20Camila%20Bastos_0002481.pdf> Acesso em 10 de mar. 2023.

BARACHO, E. **Fisioterapia aplicada à saúde da mulher**. 5a ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

DELGADO, A. M.; FERREIRA, I. S. V.; SOUSA, M. A. Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento das disfunções sexuais femininas. **Rev. Cient. Escola da Saúde**, ano 4, n. 1, p. 47-56, out./jan., 2015. Disponível em: <file:///C:/Users/Downloads/614-Texto%20do%20artigo-3750-1-10-20141222.pdf> Acesso em: 16 mai. 2023.

GHADERI, F. et al. Pelvic floor rehabilitation in the treatment of women with dyspareunia: a randomized controlled clinical trial. **Int Urogynecol J**. v. 30, n. 11, p. 1849-55, 2019. Disponível em: <10.1007/s00192-019-04019-3> Acesso em: 11 ago. 2023.

LOMBLEM, A. A. **Fisioterapia no tratamento da disfunção sexual feminina**. 2022. 14 f., Dissertação (Bacharel em Fisioterapia) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás –PUC, Goiânia, 2022. Disponível em: <<https://repositorio.pucgoias.edu.br/jspui/bitstream/123456789/4126/1/TCC2%20Alessandra.pdf>> Acesso em 10 mar. 2023.

OLIVEIRA, L. V. C. **Os benefícios da fisioterapia no tratamento de mulheres com dor gênito-pélvica**. 2023. 40 f., Dissertação (Bacharel em Fisioterapia) – UNIFASPE, Sinop, 2023. Disponível em: <<http://repositorio.unifaspe.com.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/605/LAURA%20VANNI%20CATUNDA%20DE%20OLIVEIRA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em: 30 ago. 2023.

PERONDI, E. A.; VILLA, L. S. C. **Benefícios do tratamento multidisciplinar no vaginismo visando a promoção da saúde**. 2015. 10 p. Dissertação (Graduação em Fisioterapia) – FASPE, Sinop, 2015. Disponível em: <<http://104.207.146.252:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/134/Benef%C3%ADcios%20do%20tratamento%20multidisciplinar%20no%20vaginismo%20visando%20a%20promo%C3%A7%C3%A3o%20da%20sa%C3%BAde.pdf?sequence=1>> Acesso em: 12 mai. 2023.

RIBEIRO, C. S, BARETTA, M. F., SOUSA, T. R. A importância da intervenção fisioterapêutica no vaginismo: uma revisão sistemática. **Rev. Femina**, v. 50, n. 9, p. 549-55, 2022. Disponível em: <<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1397889/femina-2022-509-549-555.pdf>> Acesso em: 16 mai. 2023.

SANTOS, T. S. **Recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento do vaginismo**. 2022. 43 f. Dissertação (Bacharel em Fisioterapia) – Centro Universitário Unirb, Alagoinhas, 2022. Disponível em: <<http://177.99.161.196/xmlui/bitstream/handle/123456789/398/TCC.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em 10 mar. 2023.

SCHAFASCHECK, E. et al. Fisioterapia No Vaginismo – Estudo De Caso. **Rev. Inspirar**, Ed. 2, n. 2, p. 1-10, 2020. Disponível em: <<https://www.perineo.net/pub/schafascheck2020.pdf>> Acesso em: 10 ago. 2023.

SILVA, T. B. FELIX, S. C. MOZERLE, A. **Atuação Fisioterápica no Tratamento do Vaginismo: Relato De Caso**. 16ª Semana de Iniciação Científica: Ética de Profissionais Inovadores, Centro Universitário do Leste de Minas Gerais – Unileste, 2020. Disponível em: <<https://unileste.catolica.edu.br/portal/wp-content/uploads/2020/11/ATUACAO-FISIOTERAPICA-NO-TRATAMENTO-DO-VAGINISMO.pdf>> Acesso em: 10 ago. 2023.

SOUZA, L. C. et al. Fisioterapia na disfunção sexual da mulher: revisão sistemática. **Rev. Ciên. Saúde**, v. 5, n. 2, p. 36-44, 2020. Disponível em: <<https://revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/191/169>> Acesso em: 10 mar. 2023.

SOUTO, J. P. G. et al. A trajetória do vaginismo e seu impacto na vida sexual de mulheres no menacme. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 16, p. 1-12, 2022. Disponível em: <<https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/38049/31930>> Acesso em: 11 mar. 2023.

TOMEN, A. et al. A fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres portadoras de vaginismo. **Rev. Ciênc. Méd.**, Campinas, v. 24, n. 3, p. 121-130, set./dez., 2015. Disponível em: <<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2019/02/837118/3147-10340-2-pb.pdf>> Acesso em: 16 mai. 2023.