

FISIOTERAPIA PÉLVICA NAS DISFUNÇÕES SEXUAIS FEMININAS

CARDOSO, C. P. P.¹

DUARTE, H. F.²

RESUMO

Introdução: As disfunções sexuais (DFS's) são caracterizadas por alterações em alguma das fases do ciclo de resposta sexual, podendo gerar impacto negativo na qualidade de vida das mulheres. Dentre as DFS's existentes as mais comuns são a dispareunia, que é definida como ato ou tentativa sexual dolorida e o vaginismo, quando há uma dificuldade de relaxamento na musculatura do períneo no momento da relação. A fisioterapia pélvica vem ganhando visibilidade e detém variados recursos alternativos para o tratamento dessas disfunções. **Objetivo:** Analisar os benefícios da fisioterapia pélvica nas disfunções sexuais femininas com ênfase no vaginismo e na dispareunia. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, que foi realizada nas seguintes bases de dados: GOOGLE Acadêmico, SciELO e PubMed, com estudos publicados nos últimos dez anos. **Resultados e discussão:** Foram selecionados 10 artigos para esta pesquisa os quais evidenciaram a eficácia da fisioterapia pélvica no tratamento do vaginismo e da dispareunia. **Conclusão:** A fisioterapia pélvica tem a sua eficácia comprovada no tratamento do vaginismo e da dispareunia, sendo sua abordagem indispensável no tratamento dessas disfunções.

Palavras-chave: Dispareunia; Vaginismo; Tratamento; Fisioterapia Pélvica.

ABSTRACT

Introduction: Sexual dysfunctions (SFs) are characterized by changes in one of the phases of the sexual response cycle, which may have a negative impact on women's quality of life. Among the most common existing SDF's are dyspareunia, which is defined as a painful sexual act or attempt and vaginismus, when there is a difficulty of relaxation in the musculature of the perineum at the time of the relationship. Pelvic physiotherapy has gained visibility and has several alternative resources for the treatment of these dysfunctions. **Objective:** To analyze the benefits of pelvic physiotherapy in female sexual dysfunctions with emphasis on vaginismus and dyspareunia. **Methodology:** This is a bibliographic review, which was carried out in the following databases: GOOGLE Academic, SciELO and PubMed, with studies published in the last ten years. **Results and discussion:** 10 articles were selected for this research, which evidenced the efficacy of pelvic physiotherapy in the treatment of vaginismus and dyspareunia. **Conclusion:** Pelvic physiotherapy has its proven efficacy in the treatment of vaginismus and dyspareunia, and its approach is indispensable in the treatment of these dysfunctions.

¹ Caroline de Paula Pedro Cardoso – Graduanda do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2022. Contato: carol_mbi2@hotmail.com.

² Hébila Fontana Duarte – Fisioterapeuta, Especialista e Docente do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2022. Contato: hebila.fontana@fap.com.br.

Keywords: Dyspareunia; Vaginismus; Treatment; Pelvic Physiotherapy.

INTRODUÇÃO

A Organização Mundial de Saúde (OMS) determina a sexualidade como um dos principais fatores que contribuem na qualidade de vida do indivíduo. Sendo assim, para a busca dessa qualidade de vida, se faz necessário que a sexualidade evolua de forma dinâmica, seguindo o desenvolvimento sociocultural (OMS *apud* BARACHO, 2014).

A sexualidade tem uma conceituação muito importante, extensa e muitas vezes complexa, que abrange não só o físico do indivíduo, mas também outros elementos, sendo eles mentais e sociais. No contexto atual, a sexualidade ainda vem sendo vista de forma preconceituosa, pois, tanto os pacientes quanto os profissionais da saúde sentem receio em abordar tal assunto, haja vista que a sexualidade é um ponto muito íntimo do indivíduo, não se resumindo somente a “sexo”, mas abrangendo parcialmente a sua personalidade, bem como, seu bem-estar, sua autoestima e algumas experiências por ele vividas (ARAÚJO *et al.*, 2017).

Do início ao fim do envolvimento sexual, a resposta sexual pode ser vista como uma explicação esquemática sobre a reação do corpo. Nem toda mulher que não tem um parceiro sexual, ou que não tenha relações sexuais, pode ser considerada inativa, tendo em vista que ela pode se autoestimular e ainda ter estímulos sexuais, como desejo e excitação. Geralmente as mulheres consideradas sexualmente ativas são as que tem relação sexual com outra pessoa (PINTO E SILVA; MARQUES; AMARAL, 2019).

Segundo o entendimento de ARAÚJO *et al.*, (2017), o desenvolvimento sociocultural pode gerar alterações na sexualidade, também chamado de desvios. Além disso, existem alterações psicológicas que são consideradas inadequações, pois interferem diretamente no estado psicológico. E ainda, a sexualidade também engloba alterações biológicas ou funcionais, conhecida como disfunções.

A resposta sexual feminina comum é composta por uma relação ampla de elementos psicológicos, ambientais e fisiológicos (hormonais, vasculares, musculares e neurológicos) (CASTRO, 2020).

Essa resposta é integrada pelo modelo circular, do ciclo de resposta sexual, composta por três fases sucessivas, sendo elas o desejo, a excitação e o orgasmo,

de modo que sua fase inicial se limita a do desejo, ciclo este mais utilizado e aceito atualmente (BASSON *apud* PINTO E SILVA; MARQUES; AMARAL, 2019).

Quanto as disfunções sexuais, ela surge quando a mulher apresenta modificações em alguma das fases do ciclo de resposta sexual, podendo manifestar dor, sofrimento, desconforto, dificuldade no ato ou até mesmo insatisfação, pode ser também causada de uma disfunção ou alteração do assoalho pélvico (BARACHO, 2014).

De acordo com a Associação Psiquiátrica Americana, as DFS's são elencadas pelo transtorno no desejo sexual, excitação, alteração no orgasmo, sensibilidades sexuais dolorosas como é o caso do vaginismo e da dispareunia, e condições médicas que causam disfunções induzidas por substâncias (AQUINO, 2019).

Dentre essas disfunções, destacam-se o vaginismo e a dispareunia como as mais relevantes manifestações indesejadas. O vaginismo é conhecido como um fator psicossomático, onde se tem uma ansiedade fóbica ao ato sexual, ocorrendo um espasmo da musculatura do assoalho pélvico impossibilitando qualquer tentativa de penetração. Já a dispareunia, refere-se à dor recorrente ou persistente durante ou após o ato sexual, gerando assim um incômodo à mulher (POLDEN; MANTLE, 2000).

Seguindo esse raciocínio, em virtude dos fatos supracitados, Palma *et al.* apresentam alguns dados sobre disfunções sexuais:

Enquanto a sexualidade feminina é um processo muito complexo, a DSF é um problema multifatorial, que pode acometer de 20% a 76% das mulheres. O Estudo da vida sexual do Brasileiro mostrou que 51,9% das brasileiras estão insatisfeitas com sua vida sexual (PALMA *et al.*, 2014, p. 481).

No que diz respeito às disfunções sexuais, a fisioterapia pélvica se mostra eficaz no tratamento do vaginismo e dispareunia, trazendo muitos benefícios às mulheres, proporcionando melhora na mobilidade, força e resistência do assoalho pélvico, assim como alívio da dor pélvica ou abdominal, promovendo uma vida sexual mais saudável (SOUZA *et al.*, 2020).

Para o tratamento desses transtornos, variadas técnicas fisioterapêuticas podem ser utilizadas, porém torna-se necessária a busca por evidências científicas, para um tratamento mais eficiente.

Segundo a literatura mais atualizada, os recursos e técnicas fisioterapêuticas que vem sendo mais usadas para o tratamento dessas disfunções são: a cinesioterapia, que ajuda no fortalecimento da musculatura do assoalho pélvico, na

percepção e um melhor domínio corporal das mulheres acometidas; a terapia manual, que contribui para o relaxamento da musculatura do assoalho pélvico, mensurando o nível de dor pelo toque; o *biofeedback*, que tem como objetivo auxiliar no controle voluntário desses músculos, criando uma maior conscientização e a eletroestimulação, que proporciona uma analgesia, percepção, liberação e reforço muscular (PRATES *et al.*, 2021).

Para uma vida plena, saudável e com qualidade, os aspectos da vida da mulher como o seu bem-estar físico, mental, emocional, social e biológico são muito importantes e todos devem ser valorizados. É imprescindível que todos os profissionais de saúde envolvidos nessa área e da qual os fisioterapeutas pélvicos fazem parte prestem uma assistência adequada e minuciosa às mulheres que são acometidas por essas alterações na função sexual, garantindo um tratamento mais seguro e de qualidade, minorando as condições adversas à sua qualidade de vida.

Sendo assim, o objetivo desta pesquisa foi analisar os benefícios da fisioterapia pélvica nas disfunções sexuais femininas com ênfase no vaginismo e na dispareunia.

METODOLOGIA

Trata-se de uma relação bibliográfica de característica qualitativa, por meio de leitura e análise de informações, baseados em livros de Ginecologia e Fisioterapia Aplicada à Saúde da Mulher disponibilizados na biblioteca física e virtual da Faculdade de Apucarana – FAP, datados entre 2000 a 2019.

As buscas em publicações científicas foram realizadas nas seguintes bases de dados: GOOGLE Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO) e PubMed, com os seguintes descritores: sexualidade; função sexual; disfunções sexuais; vaginismo; dispareunia; fisioterapia pélvica. E as key words: sexuality; sexual function; sexual dysfunctions; vaginismus; dyspareunia; pelvic physiotherapy.

Os critérios de inclusão foram artigos na língua portuguesa e inglesa, publicados nos últimos 10 anos (2012 a 2022), abordando o tema fisioterapia pélvica nas disfunções sexuais femininas: vaginismo e dispareunia. E como critérios de exclusão, artigos não disponíveis na íntegra.

RESULTADOS

Foram encontrados dez estudos relevantes à revisão. Estes estão descritos no quadro 1, em ordem cronológica.

Quadro 1 - Resumo dos estudos

Autor/Ano	Tipo de estudo	Amostra	Tipos de intervenção	Resultado	Conclusão
TOMEN <i>et al.</i> (2015)	Revisão bibliográfica	38 artigos	Variados recursos fisioterapêuticos foram utilizados: biofeedback, dilatadores vaginais, terapia manual, dessensibilização gradual e eletroterapia	Abordagem fisioterapêutica no tratamento do vaginismo impacta positivamente na satisfação sexual e QV das mulheres	Dentre os recursos disponíveis em fisioterapia pélvica não é possível determinar o tratamento mais eficaz para esta DFS
PANDOCHI (2017)	Ensaio clínico controlado não randomizado	16 participantes, com o diagnóstico de dispareunia (N=11) e com vaginismo (N=5)	O tratamento foi dividido em 4 etapas: orientações gerais, alongamentos passivos, terapia manual, dessensibilização e técnicas de auto relaxamento	Para melhora dos sintomas, as participantes com vaginismo precisaram de um número maior de sessões em comparação com as participantes com dispareunia	Resultados satisfatórios no alívio da dor coital e na função sexual de todas as participantes
ALCÂNTARA; BASTOS (2019)	Revisão bibliográfica	6 artigos	Estudo abordando diversos recursos para o tratamento do vaginismo	A importância da atuação fisioterapêutica para o tratamento do vaginismo é evidente	A fisioterapia pélvica independente do recurso utilizado, apresentou resultados satisfatórios em relação a QV de mulheres com vaginismo
AQUINO (2019)	Pesquisa descritiva quase experimental, executada por meio de um estudo de caso individual, com abordagem quantitativa	Participante de 25 anos, casada, apresenta dor na relação sexual e falta de desejo	20 sessões de fisioterapia, realizadas 2 vezes por semana com duração de 50 minutos cada, totalizando 3 meses de tratamento	Melhora na função sexual após o tratamento, contudo os resultados não foram tão satisfatórios, devido ao grau de disfunção da participante	A fisioterapia pélvica resultou em uma melhora na função sexual da participante da pesquisa, apesar do grau de disfunção
GHADERI <i>et al.</i> (2019)	Ensaio clínico controlado randomizado	64 mulheres portadoras de dispareunia, foram divididas em dois grupos GE e GC, com 32 mulheres cada	O GE foi submetido a 10 sessões de fisioterapia com eletroterapia, terapia manual e exercícios de TMAP, uma vez na semana durante 3 meses. Já o GC, não recebeu nenhum tipo de tratamento	O GE mostrou melhoras significativas comparado ao GC	Melhora da dor, função sexual, força e resistência dos MAP em mulheres com dispareunia

LUCHETI; MARTINS; FERNANDES (2019)	Pesquisa observacional em série de casos	5 participantes com idade entre 18 e 45 anos com queixa principal de dor na relação sexual	Massagem perineal em mulheres com dispareunia	Todas as participantes apresentavam MAP tensionados e após o tratamento obtiveram normalização do tônus muscular	Melhora dos sintomas das participantes, além da constatação de que a dispareunia é uma DFS complexa
PEREIRA <i>et al.</i> (2020)	Ensaio clínico randomizado	13 mulheres com sintomas de dispareunia, divididas em dois grupos: GI:n=6 e GC:n=7	O GI foi submetido ao TMAP, durante oito semanas, 2 vezes na semana com duração de 40 minutos cada e o GC não recebeu nenhum tipo de treinamento	Ambos os grupos não apresentaram diferença na maioria dos quesitos da função sexual de acordo com FSFI, entretanto houve uma diferença relevante no quesito dor no GI	Efetividade do TMAP na redução da dor nas participantes com dispareunia
SCHAFASCHECK <i>et al.</i> (2020)	Estudo de caso	Mulher de 48 anos, múltipara, sem parceiro fixo, com sintomas de dor durante as relações sexuais desde sua primeira relação sexual	10 sessões de fisioterapia pélvica com protocolo multimodal em portadora de vaginismo	Resultados positivos, demonstraram uma melhora da função do assoalho pélvico e principalmente da dor segundo a escala EVA	O protocolo sugerido melhorou a função do assoalho pélvico da paciente, no entanto não foi possível melhorar a sua função sexual
SILVA; FELIX; MOZERLE (2020)	Estudo descritivo abordagem qualitativa e com característica transversal	Mulher de 42 anos, com presença de dor durante a penetração resultando em dificuldade na relação sexual	Foram realizados 15 atendimentos com diferentes tipos de intervenções fisioterápicas	As intervenções abordadas mostraram-se eficazes na vida afetiva e sexual do casal assim como na cessação das dores com o ato sexual	O tratamento fisioterapêutico no vaginismo é essencial
NAGAMINE; SILVA (2021)	Revisão bibliográfica característica descritiva e exploratória	27 artigos	Massageadores perineais e dilatadores vaginais como método de tratamento nas DFS's	O uso de massageadores perineais e dilatadores vaginais apresentam efeitos benéficos sobre o vaginismo e a dispareunia	Melhora na percepção, relaxamento, controle e força dos MAP, como também na sua dessensibilização, tensão e redução do quadro algico

Fonte: Autora da pesquisa, (2022).

Siglas: Disfunções sexuais (DFS's), Grupo experimental (GE), Grupo controle (GC), Grupo intervenção (GI), Músculo do assoalho pélvico (MAP), Escala visual analógica (EVA), Treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP), Female Sexual Function Index (FSFI), Qualidade de vida (QV).

DISCUSSÃO

Para algumas mulheres, um ato que deveria ser sinônimo de prazer que é a relação sexual, acaba se tornando um ato frustrante associado a dor e desconforto. A fisioterapia pélvica vem ajudando no tratamento desses sintomas e melhorando a

qualidade de vida de muitas mulheres. Desse modo, através desta revisão de literatura foi possível analisar os benefícios da fisioterapia pélvica nas disfunções sexuais femininas, tendo como foco o vaginismo e a dispareunia e os recursos utilizados para seus tratamentos.

Pandochi (2017), cita em seu estudo uma nova classificação das disfunções sexuais, que entrou em vigor em 2014 pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V). Dispareunia e vaginismo eram classificados como dores genitais e passam a ser classificados em uma única categoria denominada “Transtornos de dor gênito-pélvica/penetração”. Essa nova classificação foi proposta em função de que o vaginismo e a dispareunia não demonstram diferenças relevantes durante a avaliação clínica e devido a isso muitos profissionais apresentam dificuldades em realizar diagnóstico diferencial entre elas.

Embora essa seja a mais recente classificação, a mesma acaba sendo controversa e nem todos os autores a utilizam.

Em seu estudo de caso Schafascheck *et al.* (2020), verificaram os efeitos de um protocolo de fisioterapia pélvica multimodal em uma mulher de 48 anos com vaginismo. As sessões foram realizadas 2 vezes na semana com duração de 50 minutos cada, totalizando 10 sessões. Foram aplicadas técnicas de eletroterapia (TENS), terapias manuais como liberação de pontos gatilhos e massagem perineal, alongamento da musculatura do assoalho pélvico (MAP), relaxamento vibratório e termoterapia superficial localizada (infravermelho). O protocolo utilizado apresentou efeitos positivos nos parâmetros funcionais do assoalho pélvico melhorando sua força, endurance, explosão e principalmente reduzindo a dor segundo a escala EVA. No entanto o parâmetro de função sexual desta mulher não apresentou melhora significativa, através da avaliação da FSFI. Apontam que uma das causas que pode ter favorecido esse resultado foi o fato desta mulher não ter um parceiro fixo e durante o tratamento ter mudado de parceiro e isso pode influenciar negativamente em sua função sexual.

Em contrapartida Lucheti, Martins e Fernandes (2019), através de sua pesquisa observacional em séries de casos, buscaram analisar o efeito da massagem perineal aplicada em 5 mulheres entre 18 e 45 anos com dispareunia e concluíram que todas as mulheres que foram submetidas a essa intervenção apresentaram melhora nos sintomas, e que está DFS não apresenta ligação com o número de parceiros, gestação, tipo de método contraceptivo usado e idade.

A dispareunia e o vaginismo são disfunções sexuais multifatoriais e muito complexas, sendo determinadas por fatores que podem causar efeitos negativos na função sexual de mulheres vitimadas e conseqüentemente na sua qualidade de vida, na sua autoestima e nos seus relacionamentos. Devido a essa complexidade o tratamento dessas disfunções requer ações multidisciplinares, que irão fornecer cuidados de saúde em todos os âmbitos da vida das mulheres.

Tomen *et al.* (2015), realizaram uma revisão bibliográfica sobre a fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres com vaginismo e mencionaram como um dos recursos para o tratamento dessa disfunção a massagem perineal, sendo indicada ser utilizada em associação com outro tipo de recurso, como exemplo a eletroanalgesia, e não como primeira opção de tratamento, devido às fortes dores ao toque que as mulheres acometidas manifestam.

Ambos os estudos mencionam a massagem perineal como recurso de tratamento, embora essa técnica possa ser administrada de forma diferente no vaginismo e na dispareunia, em virtude da discrepância entre os parâmetros de dor, os resultados que ela proporciona quando aplicada mostraram-se eficazes, ajudando no relaxamento dos MAP, aliviando pontos de tensões e conseqüentemente normalizando o tônus muscular.

Nagamine e Silva (2021) realizaram uma revisão bibliográfica sobre a utilização dos massageadores perineais e dilatadores vaginais como métodos de tratamento fisioterapêutico no vaginismo e na dispareunia. Citam que os dilatadores vaginais, são feitos de silicone e que seu uso deve ser feito de forma gradativa e que tem como finalidade reduzir a ansiedade durante a penetração e fornecer um alongamento do canal vaginal.

Confirmando a pesquisa supracitada, Tomen *et al.* (2015), mencionam em seu estudo o uso de dilatadores vaginais no tratamento do vaginismo e pontuam que os dilatadores podem ser associados com exercícios de fortalecimento dos (MAP) quando introduzidos no canal vaginal, favorecendo desse modo a melhora do quadro álgico, assim como no controle da musculatura, percepção e na sensibilidade à penetração.

Os dilatadores vaginais empregados nas disfunções sexuais proporcionam muitos benefícios às mulheres, ajudando no aumento da confiança, diminuição do medo e da ansiedade, pois promovem um alongamento e relaxamento dos (MAP). Além de melhorar a percepção, ajudam na dessensibilização da dor na região.

Ghaderi *et al.* (2019) realizaram um estudo clínico controlado randomizado com 64 mulheres com dispareunia. As participantes foram divididas em dois grupos: Grupo controle (GC) e Grupo experimental (GE) contendo 32 mulheres cada. As mulheres do GC não receberam nenhum tipo de tratamento e foram colocadas em uma lista de espera. Já no GE as mulheres participaram de sessões de fisioterapia uma vez na semana, durante 3 meses, totalizando 10 sessões de tratamento. No primeiro atendimento foi explicada a função e anatomia do assoalho pélvico em uma linguagem de fácil entendimento. Já nos demais atendimentos foram realizadas terapias manuais de 15/20 minutos para liberação de pontos gatilhos dos MAP e massagem intravaginal profunda, além de 20/25 minutos de eletroterapia (TENS) de alta frequência para amenizar a dor genito-pélvica. Também foram realizados exercícios de TMAP e essas participantes foram orientadas a praticar esses exercícios em casa. Constataram no GE uma melhora significativa na dor, na função sexual bem como na força, resistência, percepção e controle dos MAP em comparação com GC.

Pereira *et al.* (2020), através de seu ensaio clínico randomizado, buscaram analisar o treinamento dos músculos do assoalho pélvico (TMAP) em mulheres com dispareunia. Participaram desta intervenção 13 mulheres, sendo divididas em dois grupos: grupo intervenção (GI) com 6 participantes e o grupo controle (GC) com 7 participantes. O GC não recebeu nenhum tipo de treinamento. Já no GI, foi proposto (TMAP) e as sessões foram realizadas em grupos com no máximo 4 mulheres, durante oito semanas, duas vezes na semana com duração de 40 minutos cada. Os resultados desse treinamento demonstraram uma melhora significativa na redução da dor no GI, porém ambos os grupos não demonstraram melhora nos quesitos da função sexual. Os autores pontuam que não são todas as mulheres que são aptas a receber somente esse tipo de treinamento, tendo em vista que as mesmas não possuem percepção e coordenação dos MAP e devido a isso, não conseguem contrair de maneira correta. Sendo assim, indicam o uso da eletroestimulação como forma de intervenção e não apenas do treinamento aplicado de maneira isolada.

É necessário instruir as mulheres sobre a anatomia do assoalho pélvico e sua função, assim como ensiná-las a criar uma consciência e percepção muscular para que consigam identificar quando a musculatura está contraída ou relaxada, sendo esse um dos pilares para um tratamento mais eficaz.

Aquino (2019), realizou uma pesquisa com uma mulher de 25 anos com dispareunia que considerava sua vida sexual inativa pois apresentava dor na relação

sexual e falta de desejo. Foi proposto um protocolo de tratamento que teve duração de 3 meses, sendo realizado 2 vezes por semana com duração de 50 minutos. Foram realizadas intervenções fisioterapêuticas com a aplicação da cinesioterapia, eletroterapia e o *biofeedback*. A participante apresentou melhora em seus sintomas após a intervenção, no entanto não foi possível alcançar resultados tão eficazes, pois a quantidade de sessões propostas não foi suficiente comparado com a gravidade de sua disfunção.

Já Pandochi (2017), buscou avaliar o efeito da intervenção fisioterapêutica na dor coital, onde recrutou 16 mulheres, sendo 11 com diagnóstico de dispareunia e 5 com diagnóstico de vaginismo. As sessões foram realizadas 1 vez na semana com duração de 40 minutos cada e foram divididas em 4 etapas, sendo elas: orientações gerais, alongamentos passivos, terapia manual, dessensibilização e técnicas de relaxamento. Como critério, o tratamento só podia ser finalizado após todas as participantes relatarem melhora dos sintomas. As participantes com vaginismo precisaram em média de 11 sessões para redução dos sintomas, já as participantes com dispareunia precisaram de um número menor, totalizando em média 6 sessões.

Com base no exposto, mesmo que cada mulher apresente diferentes graus de disfunção, é de suma importância que seja realizada uma avaliação detalhada, solicitando informações sobre seu desejo sexual, sua sexualidade, lubrificação, conscientização e percepção, com o intuito de descobrir a causa da disfunção e traçar objetivos de acordo com cada caso. Além disso, deve-se realizar tratamento individualizado e o tempo de acompanhamento deve durar conforme a necessidade de cada mulher.

Silva, Felix e Mozerle (2020) realizaram um estudo descritivo, de abordagem qualitativa e com característica transversal em uma mulher de 42 anos, com queixa de quadro algico durante o ato sexual presente há 6 anos. A participante foi submetida a 15 sessões de fisioterapia com duração de 50 minutos cada e as técnicas aplicadas no tratamento foram de conscientização corporal com o uso de um espelho, terapia manual como a palpação leve bidigital, dessensibilização com cotonete, *biofeedback*, cones vaginais, exercícios de Kegel e cinesioterapia com bola terapêutica. Observou-se a cessação do quadro algico durante o ato sexual e conseqüentemente melhora na sua função sexual e na vida afetiva.

Corroborando com os resultados da pesquisa anterior, Alcântara e Bastos (2019) constataram em seu estudo, que independente do recurso utilizado no

tratamento do vaginismo, todos apresentam resultados positivos nos sintomas, sendo essencial a participação de um fisioterapeuta.

A abordagem de um fisioterapeuta especializado no tratamento do vaginismo e da dispareunia vem ganhando um papel muito importante, uma vez que detém habilidades e competência para tratar, prevenir, orientar e proporcionar através de recursos físicos e manuais, alívio ou cura dos sintomas, proporcionando assim melhora na qualidade de vida e na autoestima dessas mulheres.

CONCLUSÃO

A fisioterapia pélvica contém um arsenal de técnicas e recursos para o tratamento da dispareunia e do vaginismo, porém a falta de padronização dificulta definir qual o melhor método a ser utilizado. O tratamento fisioterapêutico nessas disfunções vai além dos recursos utilizados para reabilitar o assoalho pélvico, consiste em tratar a mulher como um todo, fornecendo orientações sobre a sua anatomia, sexualidade e autoconhecimento.

Através dessa pesquisa pôde-se concluir que a fisioterapia pélvica tem a sua eficácia comprovada no tratamento do vaginismo e da dispareunia, sendo sua abordagem indispensável no tratamento dessas disfunções.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, Ana Paula Costa; BASTOS, Camila Fernanda Pereira. **Abordagem fisioterapêutica no tratamento do vaginismo**. Brasília-DF: [s.n.], p. 1-18, 2019.

AQUINO, Laura Helena da Costa. **Intervenções fisioterapêuticas na dispareunia**. Ariquemes-RO, [s.n.], p. 1-56, set. 2019.

ARAÚJO, Sergio Eduardo Alonso; SCANAVINI NETO, Arceu; CASTRO, Rodrigo de Aquino; GURFINKEL, Edson; OLIVEIRA, Andreia Maria de Lima; GARCIA, Alides Maria Mendes Rosabone. **Disfunções do assoalho pélvico: abordagem multiprofissional e multiespecialidades**. Rio de Janeiro: Atheneu, 2017. Disponível em: www.plataforma.bvirtual.com.br. Acesso em: 19 de mar. 2022.

BARACHO, Elza. **Fisioterapia aplicada à saúde da mulher**. 5. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.

CASTRO, Káryhta Mariane Sobrinho de. **Fisioterapia na Disfunção Sexual Feminina: Uma revisão**. Rio Verde: [s.n.], 2020.

GHADERI, Fariba; BASTANI, Parvin; HAJEBRAHIMI, Sakineh; JAFARABADI, Mohammad Asghari; BERGHMANS, Bary. Pelvic floor rehabilitation in the treatment

of women with dyspareunia: a randomized controlled clinical trial. **Jornal Internacional de Uroginecologia**, p. 1849-1855, nov. 2019.

LUCHETI, Gislaine Cristina; MARTINS, Tatiane; FERNANDES, Isabel. **Efeito da Massagem Perineal no Tratamento da Disfunção sexual Dispareunia**. Foz do Iguaçu: [s.n.], 2019.

NAGAMINE, Bruna Pereira; SILVA, Karla Camila Correia da. A utilização dos massageadores perineais e dilatadores vaginais como métodos de tratamento fisioterapêutico nas Disfunções Pélvicas: Vaginismo e Dispareunia. **Revista Research, Society and Development**, [S./.] v. 10, n. 6, jun. 2021.

PALMA, Paulo César Rodrigues; BERGHMANS, Bary; SELEME, Maura Regina; RICCETO, Cássio Luiz Zanettini; PEREIRA, Simone Botelho. **Urofisioterapia Aplicações clínicas das técnicas fisioterapêuticas nas disfunções miccionais e do assoalho pélvico**. 2. ed. Campinas: Andreoli, 2014.

PANDOCHI, Heliana Aparecida da Silva. **Efeito da intervenção fisioterapêutica no tratamento da dor coital**. Ribeirão Preto: [s.n.], 2017.

PEREIRA, Franciele da Silva; CONTO, Carolina Lazzarim de; SCARABELOT, Karoline Souza; VIRTUOSO, Janeisa Franck. Treinamento dos músculos do assoalho pélvico em mulheres com dispareunia: um ensaio clínico randomizado, **Revista Fisioterapia Brasil**, v. 21, n.4, p. 380-387, 2020.

PINTO E SILVA, Marcela Ponzio; MARQUES, Andréa de Andrade; AMARAL, Maria Teresa Pace do. **Tratado de fisioterapia em saúde da mulher**. 2. ed. Rio de Janeiro: Roca, 2019. Disponível em: www.try.scribd.com. Acesso em 30 mar. 2022.

POLDEN, Margaret; MANTLE, Jill. **Fisioterapia em ginecologia e obstetrícia**. 2. ed. São Paulo: Com. Imp., 2000.

PRATES, Silva Leticia Costa; SILVA, Celinara Queiroz da; NASCIMENTO, Wanny Turriel do; MARINHO, Eliane Ferreira. **Abordagem fisioterapêutica nas disfunções sexuais femininas: uma revisão integrativa**. [S./.]: [s.n.], 2021.

SCHAFASCHECK, Edilete; ROEDEL, Ana Paula Lenzi; NUNES, Erica Feio Carneiro; LATORRE, Gustavo Fernando Sutter. Fisioterapia no vaginismo – estudo de caso. **Revista Inspirar**, [S./.]: ed. 20, n. 2, p.1-10, 2020.

SILVA, Thaís Braga da; FELIX, Suelem Costa; MOZERLE, Angelise. **Atuação Fisioterápica no Tratamento do Vaginismo: Relato de Caso**. Ponta Grossa-PR: Atena, 2020. Disponível em: www.arenaeditora.com.br/catalogo/post/atuacao-fisioterapica-no-tratamento-do-vaginismo-relato-de-caso. Acesso em: 15 ago. 2022.

SOUZA, Larissa Capeleto de; PEREIRA, Elaine Cristina Alves; VASCONCELOS, Erika Flauzino Silva; PEREIRA, Wendy Maria Paixão. Fisioterapia na Disfunção Sexual da Mulher: revisão sistemática. **Revista Científica Funvic**, v. 5, n. 2, p. 36-44, 2020.

TOMEN, Amanda; FRACARO, Giovanna; NUNES, Erica Feio Carneiro; LATORRE, Gustavo Fernando Sutter. A fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres portadoras de vaginismo. **Revista Ciência Médica**, Campinas, p. 121-130, set/dez. 2015.