

TRASTORNO DE DOLOR GENITO-PÉLVICO/PENETRACIÓN

VAGINISMO

Irene Soler López

¿QUÉ ES?

Dificultad en la penetración, debido a la contracción de los músculos del tercio inferior de la vagina.

Algunas mujeres que lo padecen pueden gozar de los juegos sexuales y alcanzar el orgasmo, aunque no es lo más frecuente.



ism

VAGINISMO Y DISPAREUNIA

✗ VAGINISMO

PENETRACIÓN

✓ DISPAREUNIA

En ambos casos el **dolor** que se sufre o el **miedo** a este hace que se tienda a **evitar mantener relaciones sexuales**, provocando así un **bajo deseo sexual**.

EL 70% DE LAS MUJERES PIDE AYUDA TRAS 1 O 2 AÑOS; Y EL 30% ACUDE DESPUÉS DE 5 AÑOS DE DARSE CUENTA DEL PROBLEMA.



ism

TIPOS DE VAGINISMO

01

Primario

Nunca ha sido capaz de lograr cualquier tipo de penetración. Se descubre en mujeres jóvenes, con el uso de tampones o el inicio en las relaciones sexuales. Una mujer puede tener vaginismo y no darse cuenta hasta que intenta tener una penetración vaginal.

02

Secundario

Ha sido capaz de lograr la penetración vaginal y, de repente, se siente incapaz. Puede ser por causas físicas o psicológicas. Que previamente se haya podido lograr la penetración es un factor que predispone a que la afección se pueda solucionar.

FACTORES PREDISPONENTES



- ➔ Una educación sexual con valoraciones negativas hacia la sexualidad, señalándola como algo dañino, peligroso o sucio.
- ➔ Experiencias sexuales traumáticas.
- ➔ Desvalorización de la imagen corporal. Distorsión o rechazo del propio cuerpo.
- ➔ Desconocimiento del funcionamiento sexual del cuerpo y anatomía genital.

ism

FACTORES PRECIPITANTES



- ➔ Primeras relaciones sexuales dolorosas.
- ➔ Ansiedad o miedo ➔ al dolor por la penetración.
➔ al embarazo.
- ➔ Ansiedad o estrés ➔ por el fracaso sexual.
➔ por búsqueda de embarazo o infertilidad.



ism

FACTORES DE MANTENIMIENTO



- ➔ Círculo vicioso del pánico. La ansiedad/miedo a que duela provoca una contracción de los músculos de la vagina como protección. Esta contracción provoca molestias en los intentos de penetración, confirmándose los temores y cerrando el círculo.
- ➔ Insuficiente excitación por ansiedad de rendimiento o miedo al fracaso sexual o afectación a la relación de pareja.
- ➔ Evitación de las relaciones sexuales por miedo a la penetración.



TRATAMIENTO



ism

Existen protocolos con una duración de 8-10 semanas, acudiendo a consulta normalmente una vez por semana o cada 15 días en función del caso. Incluyen **actividades individuales** en función de las necesidades de cada paciente y **actividades en pareja** para realizar en casa, así como sesiones de tipo formativo.

El tratamiento tiene como objetivo que la mujer aprenda a disfrutar de la penetración, de modo que tenga el control sobre su musculatura vaginal.



ism

www.isemu.es

UNA VISITA A UN PROFESIONAL DE LA SALUD SEXUAL ES EL PRIMER PASO PARA RESOLVER SU DIFICULTAD



@ISMSEX



@ISMSEXOLOGIA



@ismsexologia