

IL VAGINISMO

Il vaginismo è un disturbo sessuale femminile caratterizzato da paura e angoscia della penetrazione vaginale associate ad una fobia del rapporto che rende i tentativi di coito frustranti e dolorosi.

Anatomicamente i genitali della stragrande maggioranza delle donne vaginismiche sono normali tuttavia, quando si tenta la penetrazione, l'accesso vaginale si serra talmente tanto che l'atto sessuale risulta impossibile e persino gli esami ginecologici devono essere spesso effettuati sotto anestesia.

Questa condizione è dovuta ad uno **spasmo involontario dei muscoli che circondano l'accesso vaginale** (il pubococcigeo e l'elevatore dell'ano), che si verifica ogni volta che si cerca di introdurre un oggetto nella vagina. In alcune donne perfino la sola idea di essere penetrate in vagina da qualcosa può causare tale spasmo. La contrazione può variare da una forma lieve, che induce una certa tensione e disagio, fino a forme gravi, che impediscono totalmente la penetrazione.

Il vaginismo si definisce **primario** quando la donna non è mai riuscita ad avere un rapporto coitale penetrativo e non è mai riuscita ad inserire in vagina né un tampone né uno speculum; mentre si dice **secondario** quando ciò è stato fattibile in passato. Inoltre tale disfunzione può essere **situazionale** (se si verifica solo con un certo tipo di stimolazione, in certe situazioni o con certi partner) o **generalizzata** (se si verifica sempre indipendentemente dalla situazione, dal tipo di stimolazione e dal partner).

Molte donne che soffrono di vaginismo sono sessualmente reattive e possono raggiungere l'orgasmo con la stimolazione del clitoride, possono ricavare piacere dai giochi erotici e cercare il contatto sessuale finché tutto ciò non porti al coito.

Tale disfunzione sessuale può avere un **effetto psicologico disastroso** non solo sulla donna ma anche sul partner. Gli sforzi di penetrazione del partner, oltre a creare alla donna un forte dolore fisico, la possono far sentire spaventata, umiliata e frustrata da questi tentativi. Inoltre, i ricorrenti insuccessi danno origine a un senso di inadeguatezza. Per evitare il confronto con queste esperienze dolorose, la coppia finisce spesso coll'evitare qualunque tipo di incontro sessuale.

Al fine di ottenere una guarigione il primo passo è conoscere le cause che hanno portato all'instaurarsi di tale disturbo. Questo non vuol dire che scoprire le **cause** del vaginismo lo faranno sparire ma ci dice che qualcosa che è successo in passato non era né giusto né innocuo e, quindi, può rassicurare la paziente sul fatto che non è pazza né strana.

Questo tipo di disturbo presenta come possibili sia cause psicologiche sia cause biologiche.

Tra le prime ci sono: la paura del dolore e del sesso doloroso (dovuta all'aver ascoltato racconti traumatizzanti sul primo rapporto sessuale e sulla perdita di sangue conseguente alla deflorazione); l'aver vissuto in un contesto familiare sessuofobico che ha creato l'associazione tra la sessualità e la colpa e la vergogna; la fobia del parto che viene associato al pericolo di morte (dovuta all'aver ascoltato racconti traumatizzanti sulla tua stessa nascita); una struttura di personalità caratterizzata da ansia e paure (di guidare, di perdere il controllo, delle iniezioni...); una bassa autostima anche per quanto riguarda la propria immagine corporea; un abuso sessuale infantile o uno stupro.

I più diffusi fattori biologici responsabili del vaginismo sono: infezioni vaginali ricorrenti che causano bruciori o pruriti (Candida); infezioni ricorrenti del tratto urinario (cistite interstiziale); endometriosi cioè esistenza di tessuto endometriale in sedi extrauterine come l'ovaio; stipsi prolungata; ipertono dei muscoli perineali inizialmente associato a tensione psichica e poi cronicizzato; imene rigido e imperforato.

Il **trattamento** del vaginismo ha come scopo primario la modificazione della causa immediata del disturbo ovvero la reazione condizionata di tipo fobico che si è andata man mano consolidando a fronte dei ripetuti tentativi dolorosi di penetrazione. Il trattamento, infatti, consiste nel progressivo decondizionamento dello spasmo involontario dei muscoli dell'entrata vaginale. Tuttavia, prima che questo traguardo possa essere raggiunto, deve essere rimossa la riluttanza fobica alla penetrazione vaginale, attraverso procedure psicoterapeutiche.

Le donne che soffrono di questa disfunzione sessuale stanno malissimo all'idea di essere diverse dalla stragrande maggioranza delle altre donne e all'idea di non riuscire a donare al proprio partner ciò che viene considerato qualcosa di dovuto. In realtà, solo il fatto di aver capito di avere uno specifico disturbo che ha uno specifico nome medico dovrebbe tranquillizzare e far insorgere la speranza della "guarigione".

Inoltre, paradossalmente, il problema del vaginismo ha anche un lato positivo che consiste nel prendere consapevolezza del fatto che il sesso non è solo penetrazione! D'altra parte volersi liberare più velocemente possibile dal vaginismo e pensare che se non lo si risolve la propria vita e la propria relazione di coppia sarà spacciata non è certo l'atteggiamento mentale più corretto per risolverlo.