

## **Vaginismo: un disturbo curabile**

Prof.ssa Alessandra Graziottin

Direttore del Centro di Ginecologia e Sessuologia Medica H. San Raffaele Resnati, Milano

Dott.ssa Dania Gambini

Dipartimento di Ginecologia e Ostetricia, H. San Raffaele, Milano

*Ho 21 anni, sono ancora vergine, e da un anno sono fidanzata con un ragazzo di cui sono veramente innamorata. Però ho un problema: non riesco ad avere rapporti sessuali con lui! Non riesco a capire cos'è che mi blocca, cos'è che mi fa così paura da non poterci nemmeno provare... Eppure il desiderio c'è! E' come se l'atto in sé e per sé mi disgustasse tanto da farmi perdere la voglia a priori, perché ho paura di farlo, di farmi male. Che cosa devo fare?*

*Federica A.*

Cara Federica, dalla sua storia ci sembra che possa trattarsi di vaginismo, un disturbo sessuale che interessa l'1% delle donne in età fertile. Il vaginismo è caratterizzato da una contrazione muscolare riflessa, e quindi involontaria, dei muscoli che circondano la vagina, e da paura e angoscia della penetrazione, associate a variabile fobia del rapporto. Spesso sono infatti evidenziabili un evitamento e un'anticipazione del dolore, con paura e un potente spasmo involontario del muscolo elevatore dell'ano, che stringe la vagina rendendo difficoltosa o impossibile la penetrazione.

La chiave di tutto il percorso terapeutico è basata su un'accurata valutazione medica, ginecologica e sessuologica (vanno infatti sempre escluse anomalie anatomico-fisiche dei genitali femminili, come un imene particolarmente rigido e fibroso).

Generalmente non vi è una sola causa alla base del vaginismo: si sommano diversi fattori di natura fisica e psichica. Tra le cause biologiche spiccano la vulnerabilità all'ansia e alle fobie, traumi genitali accidentali, ostacoli meccanici anatomici alla penetrazione. Tra le cause psichiche vanno considerati tabù e inibizioni educative, sopravvalutazione della verginità, pregresse violenze sessuali, paura del dolore della prima volta, paura di gravidanze indesiderate, immaturità psicosessuale.

In ogni caso, cara Federica, stia tranquilla: il vaginismo è un disturbo curabile! Il trattamento, ormai ben consolidato, richiede un lavoro parallelo su corpo e psiche, a livello farmacologico, riabilitativo e sessuologico. Si affidi a un/una terapeuta, meglio se con specializzazione in ginecologia e/o sessuologia, che per formazione e sensibilità possa agire su entrambi i fronti.

Per maggiori informazioni sulle cause e sulla terapia del vaginismo, le consigliamo la lettura delle schede divulgative presenti su questo sito.