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.