



¿Qué es el vaginismo y cuáles son sus causas?

Descripción

Ardor, dolor o punzadas durante el coito son algunos de los síntomas de esta enfermedad, lo que genera que la relación sexual no se lleve a cabo completamente.

SANTIAGO.- Es una disfunción sexual que se puede presentar en cualquier mujer, consiste en la contracción involuntaria de los músculos de la vagina frente al intento de penetración. Es una reacción completamente fóbica que se genera antes del coito, tiene directa relación con lo psicológico, ya que el temor es el causante de esta imposibilidad de esta contracción muscular.



vaginismo

Existen dos tipos de vaginismo: el vaginismo primario es cuando la mujer nunca ha tenido la posibilidad de tener sexo sin dolor y el vaginismo secundario es cuando la contracción muscular se presenta después de haber tenido ya relaciones sexuales sin ningún problema.

La directora de Centro Miintimidad y kinesióloga especialista en disfunciones del suelo pelviano y sexualidad, Oddette Freundlich, aconsejó cómo prevenir el vaginismo y explicó que “con una educación sexual adecuada, eliminando los pensamientos erróneos frente al temor de la primera vez, del dolor, de la ruptura del himen y aprendiendo a tomar conciencia de nuestros músculos vaginales, de manera que podamos relajarlos voluntariamente frente al coito”.

¿Cómo podemos darnos cuenta que estamos padeciendo de vaginismo? Oddette Freundlich aclaró que “existen diversos signos que pueden deducir que padeces de Vaginismo como: temor o fobia a la

penetración vaginal, temor al examen ginecológico, imposibilidad de insertarse un tampón, miedo y asco a mirarse los genitales, miedo a introducirse un dedo en la vagina”.

La única manera de superarlo es realizando un tratamiento con profesionales expertos en el tema. El procedimiento de cura no necesita de medicamentos, ni cirugías, ni nada que te invada, sino más bien ejercicios del piso pélvico, entrenamiento de la dilatación, que ayudan a la mujer en su identificación, expresando y resolviendo los problemas emocionales que pueden padecer. Lo mejor de todo es que los ejercicios pueden ser realizados en casa.

¡Ya lo sabes! la mayoría de los tratamientos da resultados, depende de ti tener una vida sexual activa y sana, quíete cuídate, ayúdate y trátate.

Fecha de creación

noviembre 2015