



**FACULDADE DE ILHÉUS**

**CESUPI**



**FACULDADE  
MADRE THAÍS**  
ILHÉUS - BAHIA

**COLEGIADO DO CURSO DE FISIOTERAPIA  
COORDENAÇÃO DE TCC  
ARTIGO CIENTÍFICO - TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**MARESSA BRITO DAS VIRGENS**

**A FISIOTERAPIA PÉLVICA NO TRATAMENTO DO VAGINISMO**

**ILHÉUS - BAHIA  
2025**

**MARESSA BRITO DAS VIRGENS**

**A FISIOTERAPIA PÉLVICA NO TRATAMENTO DO VAGINISMO**

Artigo Científico apresentado como requisito parcial para obtenção do título de Bacharel em fisioterapia, pelo Curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Dr.<sup>a</sup> Karla Rocha Carvalho Gresik

**ILHÉUS – BAHIA  
2025**

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	<b>04</b>
<b>2 REFERENCIAL TEÓRICO.....</b>	<b>06</b>
<b>2.1 FISIOTERAPIA PÉLVICA.....</b>	<b>06</b>
<b>2.2 ASPECTOS IMPORTANTES SOBRE O VAGINISMO.....</b>	<b>07</b>
<b>2.3 PRINCIPAIS TÉCNICAS UTILIZADAS PELA FISIOTERAPIA PÉLVICA NO TRATAMENTO DO VAGINISMO.....</b>	<b>08</b>
<b>3 METODOLOGIA .....</b>	<b>09</b>
<b>4 RESULTADOS.....</b>	<b>10</b>
<b>5 DISCUSSÃO.....</b>	<b>14</b>
<b>6 CONSIDERAÇÕES FINAIS .....</b>	<b>17</b>
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>18</b>

## COLEGIADO DO CURSO DE FISIOTERAPIA TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO II

### FISIOTERAPIA PÉLVICA: QUAIS OS IMPACTOS DESSE RECURSO TERAPEUTICO NO TRATAMENO DO VAGINISMO?

MARESSA BRITO DAS VIRGENS<sup>1</sup>, KARLA ROCHA CARVALHO GRESSIK<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Discente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus, Centro de Ensino Superior, Ilhéus, Bahia.  
e-mail: maressadasvirgens@hotmail.com

<sup>2</sup>Docente do curso de Fisioterapia da Faculdade de Ilhéus, Centro de Ensino Superior, Ilhéus, Bahia.  
e-mail: karlagresik@hotmail.com

#### RESUMO

O presente artigo trata do tratamento do vaginismo por meio da utilização de técnicas provenientes da fisioterapia pélvica, visando proporcionar uma recuperação do assoalho pélvico de modo a restaurar a condição natural do sexo vaginal ora debilitada por conta dos efeitos dolorosos do vaginismo. O objetivo principal é reunir e discutir os dados científicos mais relevantes sobre a atuação da fisioterapia pélvica no tratamento do vaginismo bem como identificar as principais técnicas mais eficientes a serem aplicadas no tratamento dessa disfunção vaginal. A pesquisa foi realizada com base em uma revisão integrativa da literatura, utilizando bases de dados como Periódicos da Capes, SciELO e PubMed, com a análise de estudos publicados entre 2017 e 2025. Os resultados indicam que as técnicas fisioterápicas, aplicadas durante o tratamento do vaginismo, observado seus graus de agravamento, reduziram de forma relevante a ocorrência de dores e desconfortos durante as relações sexuais, proporcionando uma flexibilidade muscular na região pélvica e ~~contribuíram para~~ uma recuperação mais rápida e menos traumática. Portanto a fisioterapia pélvica pode atuar na prevenção e no tratamento das lesões provenientes do vaginismo, aplicando de forma individualizada as técnicas comprovadas cientificamente, sendo uma intervenção eficaz e não invasiva promovendo assim bons resultados no que diz respeito a saúde das pacientes durante suas relações sexuais.

**Palavras-chave:** Fisioterapia Pélvica, ~~Técnicas. Tratamento.~~ Vaginismo, Dispaurenia

#### ABSTRACT

This article discusses the treatment of vaginismus using techniques from pelvic floor physiotherapy, aiming to restore the pelvic floor and restore the natural condition of vaginal sex, which is often impaired by the painful effects of vaginismus. The main objective is to gather and discuss the most relevant scientific data on the role of pelvic floor physiotherapy in the treatment of vaginismus, as well as to identify the most efficient techniques to be applied in the treatment of this vaginal dysfunction. The research was conducted based on an integrative literature review, using databases

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

such as Capes Journals, SciELO, and PubMed, analyzing studies published between 2017 and 2025. The results indicate that physiotherapy techniques, applied during the treatment of vaginismus, considering its severity, significantly reduced the occurrence of pain and discomfort during sexual intercourse, providing muscle flexibility in the pelvic region and contributing to a faster and less traumatic recovery. Therefore, pelvic floor physiotherapy can act in the prevention and treatment of lesions resulting from vaginismus, applying scientifically proven techniques in an individualized way, being an effective and non-invasive intervention, thus promoting good results with regard to the health of patients during their sexual relations.

**Keywords:** Physical therapy. Pelvic floor. Vaginismus.

## 1 INTRODUÇÃO

A fisioterapia pélvica é uma especialidade que atua no tratamento das disfunções sexuais entre elas o vaginismo (Pereira e Nunes, 2011). Para os autores, as patologias sexuais femininas são pautas delicadas e cada vez mais comum entre as mulheres, disfunções que no passado não eram diagnosticadas ou tratadas, mas, graças ao avanço da ciência, hoje possuem diversos tratamentos e, no caso do vaginismo vem ganhando maior visibilidade entre as mulheres.

Pacik *et al.* (2019) informa que o vaginismo se trata de um transtorno que afeta uma parcela das mulheres e que por muitas vezes enfrentam dificuldade de levar uma vida sexual saudável com seu cônjuge, devido à ausência de informação, tabu ou crença. Além disso, essa deficiência pode ocasionar transtornos em sua saúde mental e física.

De acordo com Amaral *et al.* (2022) o vaginismo é uma condição sexual definida por espasmos involuntários dos músculos do assoalho pélvico durante o ato sexual. Além disso, esse distúrbio pode levar a sentimento de frustração, dor e até mesmo a problemas de relacionamento. Diante da complexidade do vaginismo, é fundamental buscar abordagens terapêuticas que possam proporcionar alívio e melhoria na qualidade de vida das pacientes.

Para os autores acima, dentre as formas de tratamento a fisioterapia pélvica é uma área de grande atuação com recursos que propiciam benefícios à saúde feminina, possibilitando a diminuição do quadro algico, tendo como sua principal função, o fortalecimento dos músculos da região pélvica e a estimulação da consciência corporal.

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II- curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

Com base em Camargo (2019) a fisioterapia pélvica surge como uma alternativa eficaz no tratamento do vaginismo, pois se concentra na reeducação muscular. Logo, essa abordagem não apenas ajuda a relaxar os músculos envolvidos, mas também promove uma maior consciência corporal e melhora a comunicação entre o corpo e a mente. Além disso, a fisioterapia pode incluir técnicas de manejo da dor e exercícios específicos que visam reduzir a ansiedade e aumentar a confiança da paciente em sua própria sexualidade.

Com relação aos sintomas iniciais, Da Silva Pereira. *et al.* (2020), informa que o vaginismo pode ser dividido em leve, moderado e grave. Leve; quando a mulher tem relações sexuais satisfatórias, como sexo anal ou introdução de dedos na vagina, porém não ocorre penetração com o pênis. Moderado; Quando a mulher sente prazer nas preliminares, mas nesse caso há impossibilidade de introduzir um dedo na vagina. Grave; quando além da dificuldade de ser penetrada, a mulher apresenta rejeição a tudo relacionado a sexo, ou seja, uma aversão sexual na qual a mulher não consegue ficar excitada.

A pesquisa segue na direção de trazer mais esclarecimentos para a sociedade a respeito do vaginismo e de como essa condição pode ser tratada usando técnicas com base na fisioterapia. Assim este artigo tem como problemática central responder o seguinte questionamento: O tratamento do vaginismo por meio da fisioterapia pélvica possui eficácia diante do crescente número de casos?

Apesar de fático, o vaginismo ainda necessita de ampla divulgação na sociedade, e é justamente essa necessidade que torna o tema do presente artigo de fundamental relevância social, visando difundir pontos considerados traumáticos, mas que se identificados e tratados corretamente, pode evitar traumas e danos físicos assim, este trabalho tem como objetivo reunir e discutir os dados científicos mais relevantes sobre a atuação da fisioterapia pélvica no tratamento do vaginismo.

Buscando uma maior compreensão dos pontos cruciais do tema abordado, este artigo buscou abordar seu objetivo principal, subdividindo em três objetivos específicos. Inicialmente a pesquisa fez uma abordagem conceitual sobre a fisioterapia pélvica e sobre as possíveis causas do vaginismo, na sequência foi realizada uma abordagem das principais técnicas utilizadas pela fisioterapia pélvica, e por fim, apresentar os desfechos clínicos após o tratamento do vaginismo por meio da fisioterapia pélvica.

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II- curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

## 2 REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 FISIOTERAPIA PÉLVICA

Nos últimos anos, tem-se observado uma valorização crescente da fisioterapia pélvica como estratégia segura e eficaz no manejo de disfunções sexuais femininas. (Camargo, 2019).

A fisioterapia pélvica é realizada por meio de uma abordagem terapêutica personalizada, programada por especialista em saúde da mulher, é uma especialidade da fisioterapia que se concentra na prevenção e tratamento de disfunções relacionadas ao assoalho pélvico. O tratamento inclui técnicas específicas, exercícios de fortalecimento e relaxamento muscular, além de orientações posturais e comportamentais. (RIBEIRO, 2025).

Dessa forma, é possível restaurar a função adequada do assoalho pélvico e, principalmente, melhorar a qualidade de vida de quem busca esse cuidado. É importante citar que o assoalho pélvico é formado por músculos e ligamentos localizados na base da pelve óssea. Sua principal função é oferecer suporte aos órgãos pélvicos, como o reto, o útero e a bexiga (RIBEIRO, 2025).

A autora acima enfatiza ainda que ela desempenha um papel essencial no controle da micção e evacuação, regulando a contração e o relaxamento dos esfíncteres. Além disso, contribui para a estabilização do corpo, interagindo com o abdômen e os membros inferiores. Brito *et al.* (2021) ressalta que a fisioterapia pélvica tem se mostrado eficaz para reduzir a dor e fortalecer a musculatura, melhorando a percepção corporal.

### 2.2 ASPECTOS IMPORTANTES SOBRE O VAGINISMO

O vaginismo é uma contração vaginal de forma involuntária, gerando muitas vezes no ato da relação sexual espasmo dos músculos da pelve, que acometem as mulheres, causando grande desconforto, dor, ardência durante a penetração e incapacidade total de ter relação sexual. (HOLANDA, et al., 2014).

Sobre essa definição, Alves e Cirqueira, (2019) acrescentam que o vaginismo é caracterizado como uma disfunção sexual que é definida como uma contração involuntária dos músculos do assoalho pélvico durante o ato sexual, resultando em desconforto, dor e ardência durante a penetração. Acomete cerca de 1 a 6% das mulheres em vida sexual ativa, onde não se sabe ao certo se essa porcentagem está aumentando ou diminuindo, pois apesar dos avanços da sociedade, muitas mulheres ainda abordam o sexo como um tabu, algo que não deve ser comentado com outras pessoas.

As principais causas do vaginismo geralmente envolvem uma complexa interação entre fatores físicos e emocionais, sendo que algumas mulheres experienciam traumas ou condições que agravam a reação de defesa muscular (TOMEN et al., 2015).

Conforme preceitua Campos (2023), entre as causas mais comuns, destacam-se aspectos emocionais como ansiedade e experiências traumáticas relacionadas à sexualidade, que podem contribuir para a resposta involuntária de contração muscular. Além disso, traumas sexuais ou episódios de abuso podem afetar significativamente a resposta psicológica da mulher, tornando a penetração dolorosa ou impossível. Outro fator importante são as crenças culturais ou religiosas que promovem visões negativas em relação ao sexo, dificultando a resposta relaxada do corpo durante a atividade sexual.

Para Roedel, *et al.* (2019), um dos primeiros sintomas da disfunção pode ser a dor durante a relação sexual. Na maioria dos casos, a dor ocorre durante a penetração ou após a retirada do pênis. Algumas mulheres relatam sentir desconforto ao inserir tampões intravaginal ou durante um exame ginecológico, outras descrevem a dor como queimação ou latejamento.

Brito *et al.* (2021), classificam o vaginismo em primário e secundário. No primário há dificuldade de se permitir ser penetrada desde da primeira tentativa, ou seja, a mulher virgem quando tenta iniciar sua vida sexual. Já no secundário a mulher já havia tido relações sexuais e após algum fator, como por exemplo um evento traumático, pode desencadear a sintomatologia supracitada.

### 2.3 PRINCIPAIS TÉCNICAS UTILIZADAS PELA FISIOTERAPIA PÉLVICA NO TRATAMENTO DO VAGINISMO

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

A fisioterapia pélvica vem sendo muito requisitada, possuindo diversos recursos terapêuticos que promovem muitos benefícios a saúde da mulher, estes recursos englobam técnicas de relaxamento, fortalecimento e diminuição da dor na região perineal (MARINHO, 2020).

Uma avaliação fisioterapêutica minuciosa é extremamente importante para se realizar uma boa conduta e uma boa abordagem para as pacientes que apresentam disfunções sexuais, tornando-se assim indispensável durante o período de tratamento realizado por elas (CAMARGO, 2019).

Farnaz, et al. (2024), esclarece que as técnicas utilizadas em fisioterapia pélvica variam conforme o quadro clínico e podem incluir: biofeedback, eletroestimulação funcional, exercícios de relaxamento e fortalecimento, dessensibilização progressiva com dilatadores vaginais, terapia manual, exercícios perineais, educação postural, além de orientações comportamentais e sexuais. A literatura aponta que essas intervenções favorecem o ganho de consciência corporal, a reabilitação da função sexual e a retomada da atividade sexual com menos dor e maior qualidade de vida.

Para Antunes (2019), de acordo com os benefícios, a fisioterapia pélvica pode e deve ser indicada em pacientes portadores do vaginismo. A utilização de exercícios respiratórios relacionados ao relaxamento, a educação sobre seu próprio corpo e estruturas que compõe o assoalho pélvico, a utilização de recursos que abordam dessensibilizar a região perineal, melhorando assim os quadros dolorosos, são alguns dos benefícios.

A intervenção fisioterapêutica em pacientes portadores de vaginismo e disfunções sexuais engloba ações de fortalecimento do assoalho pélvico, melhora de consciência da contração voluntária e do relaxamento perineal, desta forma ocorre a melhora da atividade sexual e qualidade de vida. Sobre esses pontos, Tomen (2018) relata que a fisioterapia pélvica é fundamental na prevenção e tratamento das disfunções pélvicas, melhorando os sintomas em pacientes com vaginismo e dispareunia, pois é, eficiente, promovendo a redução dos espasmos musculares, melhorando a consciência e conhecimento corporal influenciando na diminuição das contrações involuntárias, aliviando a dor no ato sexual.

### 3 MATERIAL E MÉTODOS

Esta pesquisa foi desenvolvida por meio do método de revisão sistemática da literatura, tendo como base uma revisão integrativa. Cesário *et al.* (2020) informa que este tipo de estudo é amplamente utilizado em ciências humanas e sociais, sendo adequado para a análise de conteúdos já publicados, com o objetivo de sintetizar e interpretar os dados de maneira crítica.

Os estudos foram selecionados utilizando bases de dados acadêmicas amplamente reconhecidas, como Periódicos da Capes, ScieELO (*Scientific Electronic Library Online*) e PubMed. Também foram definidos critérios de inclusão e exclusão específicos para garantir a relevância e qualidade dos artigos selecionados.

Os critérios de inclusão foram: publicações de trabalhos científicos entre os anos de 2017 a 2025, artigos escritos em português e inglês, e estudos que abordaram a Fisioterapia pélvica e vaginismo. Os critérios de exclusão incluem artigos duplicados, estudos que não trate da fisioterapia pélvica, no tratamento do vaginismo como tema central e estudos que não apresentem dados concretos sobre o objetivo geral do presente artigo.

### 4 RESULTADOS

A presente pesquisa analisou 32 estudos que investigaram e compararam a eficácia de diferentes tratamentos fisioterapêuticos, em relação aos métodos farmacológicos utilizados para o tratamento do vaginismo. Destes, 17 foram excluídos pois não atende aos critérios de inclusão ou por serem duplicados. Dos 17 artigos que puderam ser incluídos foram selecionados os 07 estudos mais relevantes e apresentados na tabela abaixo.

#### **Quadro 01: Quadro resumo dos artigos incluídos na pesquisa**

<b>Autor e Ano</b>	<b>Título</b>	<b>Objetivo</b>	<b>Principais Resultados Apontados</b>
AMARAL, <i>et al.</i> , 2022	Abordagem terapêutica em mulheres com Vaginismo	Objetivo: revisar as modalidades terapêuticas utilizadas para o tratamento do vaginismo, descritas na literatura.	A fisioterapia pélvica, junto à terapia cognitivo-comportamental (TCC) são partes fundamentais do processo de reabilitação nos casos do diagnóstico de vaginismo e vêm ganhando enorme espaço e importância através do uso de técnicas de relaxamento muscular, reconhecimento e autoconhecimento de estruturas envolvidas nessa doença, assim como dessensibilização sensitiva e percepção corporal.
ANTUNES A. 2019.	Abordagem multidisciplinar no tratamento do vaginismo.	Descrever quais são as principais formas de tratamento fisioterapêutico no vaginismo e detalhar o papel da Fisioterapia como agente primário no tratamento.	Observou-se que houve resultados satisfatórios e eficazes com as técnicas utilizadas, em especial a eletroterapia, dilatadores vaginais e a massagem perineal.
BRITO, <i>et al.</i> , 2021	Intervenções fisioterapêuticas no tratamento do vaginismo.	Demonstrar os tratamentos fisioterapêuticos realizados em mulheres com vaginismo.	As causas psicológicas são as principais para ocasionar o vaginismo e o seu tratamento requer uma equipe multiprofissional contendo, fisioterapeutas, psicólogos e ginecologistas. Em especial a Fisioterapia tem um papel importante na parte física, utilizando as terapias manuais, a

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

			cinesioterapia, o biofeedback, entre outros, para a resolução do problema.
MARINHO, <i>et al.</i> , 2020	Intervenção fisioterapêutica no vaginismo tipo primário.	Descrever a atuação da fisioterapia no vaginismo do tipo primário.	A fisioterapia vem ganhando maior visibilidade em relação ao tratamento da saúde da mulher, uma vez que, é uma área pouco conhecida entre os pacientes e os profissionais da saúde. Dessa forma, a abordagem fisioterapêutica promove alívio das dores, aumento da autoestima e da segurança do casal no ato sexual.
ROEDEL, <i>et al.</i> , 2019	Fisioterapia no vaginismo	Pesquisar na literatura a atuação da fisioterapia na musculatura do assoalho pélvico na população feminina com vaginismo.	A fisioterapia pélvica é uma intervenção pouco conhecida, mas sua atuação vem crescendo. Assim, é essencial destacar que a modalidade clínico-terapêutica vem ganhando espaço nessa área de vaginismo. Portanto, para um tratamento profícuo, é importante que o fisioterapeuta realize uma avaliação completa para chegar a um bom diagnóstico, utilizando técnicas como terapias manuais, eletroestimulação, biofeedback, cones vaginais e cinesioterapia.
LIMA, <i>et al.</i> , 2020	Tratamento fisioterapêutico nos transtornos sexuais dolorosos femininos	analisar na literatura disponível os recursos fisioterapêuticos utilizados no tratamento dos transtornos sexuais dolorosos femininos.	As intervenções fisioterapêuticas identificadas nesse estudo foram cinesioterapia, dilatadores vaginais, TCC, biofeedback, FES e TENS. Estas condutas apresentaram resultados satisfatórios no tratamento dos transtornos sexuais de caráter doloroso em mulheres, cujo intercurso sexual

			completo foi o principal efeito dessas abordagens. O coito foi considerado adequado quando as mulheres conseguiram realizá-lo de forma eficaz e sem o surgimento da dor, principal característica do vaginismo e da dispareunia.
NAGAMINE e SILVA, 2021	A utilização dos massageadores perineais e dilatadores vaginais como métodos de tratamento fisioterapêutico nas Disfunções Pélvicas	Demonstrar como os dos massageadores perineais e dilatadores vaginais podem ser eficazes no tratamento do vaginismo.	A fisioterapia pélvica é uma área recente e pouco estudada, devido a isso, são poucos os estudos que abordam o tratamento das disfunções sexuais com ênfase no vaginismo e na dispareunia. Através do tratamento fisioterapêutico utilizando dos massageadores perineais e dilatadores vaginais essas pacientes vão melhorar o fluxo sanguíneo da região perineal, a percepção da musculatura do assoalho pélvico, permitindo melhorar o controle da musculatura e a percepção, promover o relaxamento e a educação sexual, desfazendo nódulos de tensão, dessensibilizar a região perineal e o canal vaginal, diminuir a percepção da dor e a tensão muscular, alongar e fortalecer a musculatura, além de, recuperar o tônus normal da musculatura

**Fonte:** Elaborado pela autora (2025)

Os achados indicados na tabela acima reafirmam que os pontos principais de cada estudo, possibilitam um entendimento claro de que os resultados obtidos com as técnicas da fisioterapia pélvica, possuem base científica e evidenciam os resultados

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

positivos com a utilização das técnicas fisioterápicas para o fortalecimento da região pélvica, evitando com isso os sintomas do vaginismo.

## 5. DISCUSSÃO

Roedel, *et al.*, (2019), enfatizam nos seus estudos a questão da dificuldade em se tratar o vaginismo, os autores atribuem isso ao fato de que o tratamento do vaginismo é complexo, tanto pela falta de diagnóstico preciso quanto pelo fato de o assunto ainda ser tabu na sociedade, sendo esse um aspecto que dificulta o aprimoramento de técnicas bem como a análise de fatores específicos como é o caso de pacientes que trocam de parceiros constantemente, fato esse que precisa ser estudado como fator colaborativo para o diagnóstico da paciente.

Sobre esses aspectos, Amaral, *et al.* (2022), defende em seus estudos que a fisioterapia, com ou sem biofeedback, eletroterapia, associada à terapêutica de outros agentes terapêuticos, podem oferecer uma opção de tratamento do vaginismo sem a necessidade de aplicação de técnicas invasivas.

O autor acima alerta para o crescente número de casos, pois ocorrem de forma silenciosa, o que dificulta o processo de tratamento, visto que em muitos casos as pacientes não procuram ajuda ou por desconhecimento ou por preconceito social, por mais difícil que seja avaliar com precisão a frequência do vaginismo.

As técnicas fisioterapêuticas segundo Brito *et al.*, (2019) observado cada diagnóstico, além de promover o fortalecimento, também tem como objetivo viabilizar o relaxamento da musculatura do assoalho pélvico bem como dos músculos no caso de adutores da coxa, glúteo, piriforme, obturadores internos e externos, abdominais e lombares. Dessa maneira a intervenção por meio da fisioterapia pélvica do vaginismo baseia-se na cinesioterapia, eletroestimulação, biofeedback, terapia manual, dessensibilização gradual e dilatadores vaginais.

Antunes (2019), defende em seus estudos que utilização dos dilatadores vaginais foi a forma de tratamento mais comum entre os autores. Muitas evidências atuais trazem que o vaginismo é uma alteração de cunho cinesiológico-funcional, provocada pelo aumento expressivo do tônus muscular levando a hiperatividade muscular, sabendo disso os dilatadores vaginais geram uma resposta mecânica sobre está musculatura, diminuindo de forma gradativa a hipertonia na região perineal.

Para o autor, os dilatadores vaginais auxiliam no efeito inibitório de tensões musculares, promovem a consciência do assoalho pélvico, recuperam o tônus muscular e dessensibilizam dores musculares provenientes da hiperativação muscular.

Sobre os efeitos da fisioterapia pélvica no tratamento do vaginismo, Marinho, *et al.*, (2020), pontuam os efeitos da fisioterapia e dos recursos empregados para melhora do quadro da sintomatologia do vaginismo, contribuem de maneira satisfatória porque melhora a consciência corporal, alivia o quadro álgico, facilita na hora da penetração e dessensibiliza a região vaginal. Portanto, observa-se que a fisioterapia é eficaz no tratamento do vaginismo, sobretudo a cinesioterapia do assoalho.

De acordo como Lima, *et al.*, (2020), uma conscientização quanto ao entendimento da fisiopatologia e das alterações da resposta sexual é necessária antes do início do tratamento por meio da fisioterapia pélvica como forma de educar as mulheres sobre sua condição, elas por sua vez, aprendem que a musculatura do assoalho pélvico (MAP) deve relaxar para que permita a penetração peniana e com isso a realização do coito de maneira adequada. Fazendo parte de uma conscientização eficaz, a reeducação muscular através da técnica de contrair e relaxar melhorou o relaxamento da MAP, produzindo um distensionamento muscular, além da redução do comprimento e da altura da cicatriz perineal em mulheres que realizaram episiotomia. Estas mulheres apresentavam um desalinhamento do eixo vulvo vaginal de 5 a 10 graus, sendo esse eixo realinhado após a melhora do aspecto cicatricial.

Nagamine e Silva (2021), entram nessa discussão abordando estudos onde suas fontes relatam que o tratamento fisioterapêutico é de suma importância, sendo realizado com base na sintomatologia da disfunção e prevenindo futuros agravos, embora cada paciente seja único mesmo que possuam a mesma disfunção, o fisioterapeuta tem a obrigação de traçar os objetivos de acordo com a individualidade dos pacientes e realizar condutas adequadas, respeitando as particularidades de cada uma delas de acordo com os feedbacks da paciente.

Os autores acima pontuam ainda que os recursos selecionados para o estudo foram os massageadores perineais sendo um método fisioterapêutico manual realizado através de deslizamentos e liberações miofasciais de nódulos de tensão, na *Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II- curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

região pélvica, provocando um efeito inibitório nas tensões musculares, produzindo o relaxamento da musculatura envolvida e o alongamento de forma progressiva, melhorando o grau de algia, conseqüentemente reduzindo a resistência muscular favorecendo a penetração. O método deve ser realizado em contato com a pele e regiões em volta da vulva mais com ênfase maior perto do canal vaginal, para proporcionar o relaxamento progressivo da musculatura pélvica e dos tecidos adjacentes.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível verificar que a fisioterapia pélvica é uma intervenção de pouco conhecimento na sociedade como um todo, no entanto, sua atuação vem crescendo e ganhando bastante espaço dentro da comunidade científica. Dessa forma é válido afirmar que a modalidade clínico-terapêutica vem ganhando espaço no tratamento do vaginismo.

Com isso se consolidada a ideia de que para que haja um tratamento eficiente, é importante que o fisioterapeuta faça uso de técnicas específicas, visando com isso chegar a um bom diagnóstico. Para isso pode se utilizar técnicas como terapias manuais, eletroestimulação, biofeedback, cones vaginais e cinesioterapia.

Mas, para isso, é fundamental que o profissional tenha habilidades práticas e bem treinadas, como por exemplo possuir bons conhecimentos específicos na terapia do vaginismo. Apesar de haver muitos estudos com bons resultados sobre a atuação da fisioterapia pélvica em mulheres com vaginismo, há necessidade de mais pesquisas nessa área, para que a população bem como a equipe de fisioterapia, possam adquirir esse conhecimento e oferecer um tratamento de qualidade para as mulheres.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Andressa Moura; CIRQUEIRA, Rosana Porto. Sintomas do vaginismo em mulheres submetidas à episiotomia. ID online. **Revista de psicologia**, v. 13, n. 43, p. 329-339, 2019. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

AMARAL, L. L. M.; NASCIMENTO, J. S.; SILVA, L. R.; PORTO, L. L.; VALADÃO, A. F.; PASCOAL, C. K. P.; SOUZA, L. M. de. **Abordagem terapêutica em mulheres com Vaginismo**: revisão de literatura / Therapeutic approach in women with Vaginism: literature review. *Brazilian Journal of Health Review*, [S. l.], v. 5, n. 4, p. 12134–12146, 2022. DOI: 10.34119/bjhrv5n4-015. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/49895>. Acesso em: 22 de set. de 2025.

ANTUNES A. Abordagem multidisciplinar no tratamento do vaginismo: adicionar fisioterapia ao modelo clássico. Relato de um caso-Follow up. **Repositório científico do instituto politecnico do porto**. 2019. Disponível em <http://hdl.handle.net/10400.22/6791>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

BRITO, Ingrid Lima. LIMA, Alessandra Alves. ARAÚJO, Ismin Calheiros. DANTAS, Larissa Silva. SANTANA, Anne Flávia Silva Galindo. **Intervenções fisioterapêuticas no tratamento do vaginismo**. Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT-ALAGOAS, v. 6, n. 3, p. 74-74, 2021. Acesso em: 05 de nov. de 2025

CAMARGO, M. C. R. Fisioterapia pélvica: **Guia prático para atuação clínica**. São Paulo: Manole, 2019. Disponível em: <https://repositorio.fps.edu.br/bitstream/4861/755/1/Guia%20Pr%C3%A1tico%20para%20fisioterapeutas.pdf>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

CAMPOS, Ana Julia. Vaginismo: **o olhar da psicologia voltada para a sexualidade feminina**. Repositório Institucional das Faculdades Integradas de Jaú, 2023. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

Cesário, J. M. S., Flauzino, V. H. P., & Mejia, J. V. C. (2020). Metodologia científica: Principais tipos de pesquisas e suas características. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. 5(11); 23-33. [10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/tipos-de-pesquisas](https://doi.org/10.32749/nucleodoconhecimento.com.br/educacao/tipos-de-pesquisas). Acessado em: 05 de novembro de 2025.

DA SILVA PEREIRA, Franciele. CONTO, Carolina Lazzarim de. SCARABELOT, Karoline Sousa. VIRTUOSO, Janeisa Franck. **Treinamento dos músculos do assoalho pélvico em mulheres com dispareunia**: um ensaio clínico randomizado. *Fisioterapia Brasil*, v. 21, n. 4, 2020. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

FARNAZ, F. *et al.* Comparing the effect of dilator therapy alone and dilator therapy combined with biofeedback on sexual function in women with lifelong vaginismus: **A randomized clinical trial**. *Sexual and Relationship Therapy*, 2024. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

HOLANDA, Juliana Bento de Lima. ABUCHAIM, Erika de Sá Vieira. COCA, Kelly Pereira, ABRÃO, Ana Cristina Freitas de Vilhena. **Disfunção sexual e fatores associados relatados no período pós parto**. *Acta Paul Enferm*2014. Acessdo em: 05 de nov. de 2025.

*Artigo Científico apresentado como Trabalho de Conclusão de Curso- TCC II– curso de Fisioterapia CESUPI ou Madre Thaís, dezembro de 2025.*

RABELO, Raíssa Gabriella. SILVA. Sara Leite dos Santos FREIRE, Alessandra da Boaviagem. BARBOSA, Leila Maria Alvares. **Tratamento fisioterapêutico nos transtornos sexuais dolorosos femininos**: revisão narrativa. Revista Eletrônica da Estácio Recife. 2020; 2:1-9. Disponível em: <https://reer.emnuvens.com.br/reer/article/view/81>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

MARINHO, L.B., Santos KL dos, Mendonça RCF de. **Intervenção fisioterapêutica no vaginismo tipo primário**: revisão integrativa. Brazilian journals. 2020;3(4):7958–64. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n4-060>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

NAGAMINE, B.P, SILVA K.C.C. **A utilização dos massagedores perineais e dilatadores vaginais como métodos de tratamento fisioterapêutico nas Disfunções Pélvicas**: Vaginismo e Dispareunia. Research, Society and Development. 2021;10(6):e41710616028. Disponível em: DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i6.16028>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

PACIK, Peter T. BABB, R. Coray. POLIO, AndreW. NELSON, E. Craig. GOEKELER, E. Carlie. HOLMES, N. Lauren. (2019). **Case Series: Redefining Severe Grade 5 Vaginismus**. Sexual Medicine, 7(4), 489-497. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2019.07.006>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

ROEDEL, LPA, GARBIN, Bruna Maira. Francyele CODINHOTO, Aparecida. Gabriele Garcia Camargo. ORIOLI, Giulia Botelho. BARROS, Maitê Monici. GARBIN, Rosana de Fátima. **Fisioterapia na musculatura do assoalho pélvico em população feminina com vaginismo: um estudo integrativo** – estudo de caso. Revista Inspirar movimento e saúde. 2019; 20:1–21. Disponível em: <https://bioscienceshealth.com.br/index.php/jbh/article/view/18>. Acessado em: 05 de nov. de 2025.

TOMEN, A., FRACARO, G., NUNES, E. F. C., & LATORRE, G. F. S. (2018). A fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres portadoras de vaginismo. **Revista De Ciências Médicas**, 24(3), 121–130. <https://doi.org/10.24220/2318-0897v24n3a3147>. Acessado em 05 de novembro de 2025.