



DISFUNÇÕES SEXUAIS FEMININAS: UM OLHAR SOBRE A IMPORTÂNCIA DO CUIDADO FISIOTERAPÊUTICO

Isabelle Eunice de Albuquerque Pontes¹
João Antonio da Silva Filho²
Maíara Alves do Nascimento³
Yago Pinheiro Tavares⁴

INTRODUÇÃO

Saúde sexual e sexualidade são conceitos importantes para o entendimento da qualidade de vida do ser humano. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde sexual é um estado de bem-estar relacionado à sexualidade do indivíduo, que não é meramente associado à ausência de doença ou disfunção. Para definir saúde sexual é impossível dissociar da sexualidade, que é compreendida como um aspecto central ao longo da vida, que engloba sexo, identidade de gênero, orientação sexual, prazer sexual, erotismo, intimidade e reprodução (WHO, 2006).

As disfunções sexuais formam um grupo heterogêneo de transtornos que tem relação com queixas clínicas que afetam de forma significativa a capacidade de um indivíduo viver positivamente sua experiência sexual. As disfunções sexuais mais comuns incluem ejaculação retardada, transtorno erétil, transtorno do orgasmo feminino, transtorno do interesse/excitação sexual feminino, transtorno da dor gênito- -pélvica/penetração, transtorno do desejo sexual masculino hipoativo, ejaculação prematura, disfunção sexual induzida por substância/medicamento (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014).

Nas mulheres, a disfunção sexual possui característica multifatorial que envolve determinantes biológicos, psicológicos e interpessoais. As disfunções mais comuns das

1 Fisioterapeuta (UEPB), Doutora em Saúde Integral (IMIP-PE), docente do departamento de Fisioterapia da Universidade Estadual da Paraíba, isabelle_albuquerque@hotmail.com

2 Fisioterapeuta (UFPB); Especialização em Aprendizagem Motora (USP); Mestre em Ciências da Reabilitação (UFRN); Docente da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano (EESAP). joaofilho.pb@hotmail.com

3 Fonoaudióloga (UNIPÊ); Especialização em Fonoaudiologia Hospitalar e Disfagia (UNIPÊ); Especialização em Avaliação em Saúde aplicada à vigilância (UFPE/Fiocruz); Mestranda em Ciências da Reabilitação (UFRN); Docente da Escola de Ensino Superior do Agreste Paraibano (EESAP). mairaanascimento@hotmail.com.br

4 Fisioterapeuta (UNINASSAU); Mestre em Ciências da Reabilitação (UFRN); Doutorando em Saúde Coletiva (UFRN); Docente da Faculdade Maurício de Nassau (UNINASSAU). yagostavares5@gmail.com



mulheres são: transtorno do orgasmo feminino, transtorno do interesse/excitação sexual feminino e transtorno da dor gênito-pélvica/penetração. Há estimativas que mais de 40% das mulheres possuam algum grau de disfunção sexual, o que é um número alarmante e acende o alerta dos profissionais de saúde para a detecção precoce e tratamento dessas disfunções, pois o impacto na qualidade de vida e autoestima das mulheres pode ser bastante negativo (ANTÔNIO et al., 2016).

O tratamento para tais disfunções é multimodal, incluindo terapia medicamentosa, física e psicológica. Os exercícios terapêuticos são importantes pois aumentam o fluxo sanguíneo para a pelve e também a sensibilidade clitoriana, contribuindo positivamente para a excitação sexual, lubrificação e orgasmo (FERREIRA et al., 2015). Diante disto, o objetivo deste trabalho é conhecer a atuação fisioterapêutica frente às disfunções sexuais femininas.

METODOLOGIA

O presente estudo trata-se de uma revisão integrativa da literatura. As buscas ocorreram durante os meses de outubro e novembro de 2020 e foram realizadas buscas nas bases de dados: Medical Literature Analysis na Retrieval System Online-MEDLINE via National Library of Medicine PUBMED e Scientific Eletronic Library Online - SCIELO. Foram utilizados os seguintes descritores: Fisioterapia, Saúde Sexual, Disfunções sexuais fisiológicas; em inglês e português. A estratégia de busca incluiu o uso das três palavras-chave em associação com auxílio do operador booleano “AND”.

Ademais, ressalta-se que foram selecionados os artigos publicados entre os anos de 2015 e 2020 e não houve restrição linguística. Como critérios de inclusão, foram admitidos artigos de texto completo, que versassem sobre o tema e que possuíssem desenho de estudo capaz de estabelecer a efetividade terapêutica – a saber, ensaios clínicos e revisões sistemáticas com ou sem metanálises. Foram excluídos artigos que abordaram os tratamentos medicamentosos e psicológicos para as disfunções sexuais, assim como aqueles que abordassem disfunções sexuais decorrentes de patologias neurológicas e oncológicas. Após identificadas todos os artigos elegíveis os autores realizaram, de maneira independente, uma análise teórica e, em seguida, os resultados foram discutidos e reunidos em uma única análise.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca nas bases de dados resultou em 110 artigos. Após aplicados os critérios de elegibilidade, foram admitidos 12 artigos para a leitura do texto na íntegra. Após esta etapa, permaneceram no estudo para compor a revisão cinco artigos. As disfunções sexuais femininas tratadas e os tratamentos fisioterapêuticos, assim como as principais informações referentes aos estudos, estão apresentadas na Tabela 1. Considerando a importância do tema e seu impacto na qualidade de vida das mulheres, destaca-se a escassez de estudos na área.

Tabela 1. Relação dos artigos analisados quanto às disfunções sexuais e os tratamentos fisioterapêuticos propostos.

Autor principal/ Ano	Tipo de estudo	Disfunção sexual	Objetivo do estudo	Tratamento fisioterapêutico
Ghaderi/2019	ECR	Dispareunia	Avaliar os efeitos da reabilitação da MAP na dispareunia.	Atendimento semanal durante 10 semanas (técnicas manuais e massagem perineal, TENS durante 20-25 min e exercícios), além de orientações domiciliares.
Schvartzman/ 2019	ECR	Dispareunia	Avaliar a efetividade do tratamento fisioterapêutico na função sexual, qualidade de vida e função da MAP de mulheres com dispareunia.	Foram utilizados os seguintes recursos no grupo de tratamento: termoterapia, terapia dor, função sexual, miofascial para <i>trigger points</i> , exercícios de contração e relaxamento, trabalho fescial no diafragma abdominal, piriforme e iliopsoas.
Silva/2017	EC	Dispareunia	Avaliar a efetividade a longo	Foi realizada a massagem de Thiele uma vez por

			prazo da massagem de Thiele no tratamento dispareunia.	semana, durante 4 semanas. A técnica consiste e uma massagem que vai desde a origem até a inserção do músculo, durante 5 min.
Morin/2017	RS	Vestibulodínia	Avaliar a literatura sobre a eficácia das modalidades da fisioterapia para diminuir a dor sexual e a função sexual em mulheres com vestibulodínia.	Foram avaliadas as seguintes modalidades: biofeedback, eletroestimulação, uso de dilatadores, terapia manual.

Legenda: ECR – ensaio clínico randomizado; EC – ensaio clínico; MAP – musculatura do assoalho pélvico; RS – revisão sistemática

Disfunções sexuais afetam não apenas a intimidade das pessoas, mas também o senso de identidade e autoestima. Mesmo sendo tão importante, as disfunções sexuais são ainda muito subnotificadas e tratadas inadequadamente. Dentro do contexto da Fisioterapia, é preciso destacar que tanto a hiperatividade quanto a hipoatividade dos músculos do assoalho pélvico podem causar disfunções sexuais (STEIN et al., 2019).

Os exercícios terapêuticos podem beneficiar a função sexual das mulheres, principalmente no que diz respeito à excitação, orgasmo e satisfação (NAZARPOUR et al., 2018). Outro recurso terapêutico que traz benefícios para as disfunções sexuais femininas é a eletroestimulação, modalidade terapêutica que proporciona a melhora da propriocepção muscular, o aumento da circulação sanguínea local, a diminuição dos sinais nociceptivos e secreção de endorfinas (MORIN et al., 2017).

A terapia manual também é um recurso muito utilizado neste contexto e que engloba várias técnicas, como liberação miofascial, alongamento, massagem, dessensibilização, manipulação visceral (PADOA et al., 2020). A massagem perineal, ou massagem de Thiele, é



uma opção muito positiva, promovendo o relaxamento da musculatura e, conseqüentemente, a redução dos quadros álgicos (SILVA et al., 2017).

Conhecer os recursos fisioterapêuticos é uma excelente ferramenta para complementar o tratamento multiprofissional das disfunções sexuais femininas, no intuito de trazer autoconhecimento das estruturas genitais femininas, empoderamento, conforto ao se estimular e ter momentos prazerosos em suas relações sexuais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As disfunções sexuais causam impacto negativo na vidas das mulheres, assim como na sua autoestima. Mesmo o tratamento sendo multiprofissional, os recursos fisioterapêuticos podem ter um importante papel na redução dos desconfortos e retomada da saúde sexual. Recursos como os exercícios terapêuticos, a terapia manual e a eletroterapia são comumente utilizados e possuem resposta muito positivas. Entretanto, após esse levantamento da literatura, ficou muito clara a escassez das publicações sobre o tema, principalmente no que tange às disfunções sexuais especificamente e seus tratamentos. Para um cuidado mais adequado, novas pesquisas precisam ser realizadas sobre a temática.

Palavras-chave: Fisioterapia, Saúde Sexual, Disfunções sexuais fisiológicas.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. 5ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ANTONIO, J.Z.; SILVA, A.; COSTA, P.P.B.C.; JUNG, D.; NUNES, E.F.; LATORRE, G.F.S. Função sexual feminina, desgaste emocional por insatisfação sexual e inteligência emocional. **Fisioter Bras**, v.17, n.6, p.544-50, 2016.

FERREIRA, C.H.; DWYER, P.L.; DAVIDSON, M.; DE SOUZA, A.; UGARTE, J.A.; FRAWLEY, H.C. Does pelvic floor muscle training improve female sexual function? A systematic review. **Int Urogynecol J**, v.26, n.12, p. 1735-50, 2015.

GHADERI, F.; BASTANI, P.; HAJEBRAHIMI, S.; JAFARABADI, M.A.; BERGHMANS, B. Pelvic floor rehabilitation in the treatment of women with dyspareunia: a randomized controlled clinical trial. **Int Urogynecol J**, v.30, n.11, p.1849-1855, 2019.



MORIN, M.; CARROLL, M.S.; BERGERON, S. Systematic Review of the Effectiveness of Physical Therapy Modalities in Women With Provoked Vestibulodynia. **Sex Med Rev**, v.5, n.3, p.295-322, 2017.

NAZARPOUR S, SIMBAR M, MAJD HA, TEHRANI FR. Beneficial effects of pelvic floor muscle exercises on sexual function among postmenopausal women: a randomised clinical trial. **Sex Health**, v.15, n.5, p.396-402.

PADOA, A.; MCLEAN, L.; MORIN, M.; VANDYKEN, C. The Overactive Pelvic Floor (OPF) and Sexual Dysfunction. Part 2: Evaluation and Treatment of Sexual Dysfunction in OPF Patients. **Sex Med Rev**, v.20, p.30037-8, 2020.

SCHVARTZMAN, R.; SCHVARTZMAN, L.; FERREIRA, C.F.; VETTORAZZI, J.; BERTOTTO, A.; WENDER, M.C.O. Physical Therapy Intervention for Women With Dyspareunia: A Randomized Clinical Trial. **J Sex Marital Ther**, v.45, n.5, p.378-394, 2019.

SILVA, A.P.M.; MONTENEGRO, M.L.; GURIAN, M.B.F.; MITIDIARI, A.M.S.; LARA, L.A.S.; POLI NETO, O.B.; SILVA, J.C.R. Perineal massage improves the dyspareunia caused by tenderness of the pelvic floor muscles. **Rev Bras Ginecol Obstet**, v.39, p.26–30, 2017.

STEIN, A.; SAUDER, S.K.; REALE, J. The Role of Physical Therapy in Sexual Health in Men and Women: Evaluation and Treatment. **Sex Med Rev**, v.7, n.1, p.46-56, 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Defining sexual health: report of a technical consultation on sexual health, 28–31 January 2002, Geneva**. Geneva: World Health Organization; 2006. Disponível em: http://www.who.int/reproductivehealth/topics/gender_rights/defining_sexual_health.pdf, acessado em 15 de outubro de 2020).