



Il vaginismo: dai significati simbolici alla terapia



di Federico Sandri

Psicologo, Sessuologo,
Docente presso il Centro Italiano
di Sessuologia di Bologna (CIS)

Durante il rapporto sessuale fra uomo e donna il corpo della donna dovrebbe predisporre all'atto rilassando alcune zone. Ma a volte problemi psicologici possono interferire generando dolore.

Durante il rapporto sessuale fra uomo e donna si manifestano delle modificazioni che, oltre a coinvolgere emotivamente e psichicamente i partner, riguardano anche l'ambito più strettamente genitale. In particolare nella donna normalmente la muscolatura perineale, cioè quella corrispondente al pavimento pelvico, e la muscolatura perivaginale sono coerenti alla fase eccitatoria determinando un rilassamento dei tessuti che ha la funzione di predisporre il lume vaginale all'accoglimento del pene. Non in tutti i casi queste modificazioni, che potrebbero apparire scontate, avvengono con modalità adeguate e sincrone alle esigenze relazionali, in alcune situazioni la muscolatura vaginale viene pervasa da spasmi non volontari che rendono il rapporto complesso e talvolta impraticabile. Questa situazione ha un evidente impatto

sulla donna, sulla sua predisposizione alla sessualità, sulla sua predisposizione a immaginarsi coinvolta in un'esperienza erotica.

Per vaginismo si intende una contrazione involontaria dei muscoli del terzo esterno della vagina che si presenta ogni qualvolta si tenti di introdurre un corpo estraneo nel lume vaginale, sia esso il pene, un tampone, un dito (a volte anche il proprio). Questa manifestazione sintomatica rende difficoltoso non solo il rapporto sessuale ma anche l'accesso all'eccitazione in tutte le forme in cui è prevista una fase o un momento di penetrazione. La contrazione involontaria può verificarsi prima dell'inserimento del pene o durante il coito subito a ridosso della fase di penetrazione; essendo una condizione psico-somatica spesso è avvertita

dalla donna anche in prossimità o in previsione del rapporto sessuale: in questo caso sembra assumere i caratteri di una vera e propria ansia anticipatoria in cui il tema della relazione e dell'accesso al piacere viene interferito a partire dalle fasi iniziali. L'insorgere di una contrazione spastica delle strutture muscolari rende dolorosa se non impossibile l'entrata del pene determinando il fallimento della fase coitale vera e propria nonché, ovviamente, il raggiungimento di un appagamento sessuale quando vincolato al movimento penetrativo.

Il vissuto psicologico che accompagna la donna durante queste manifestazioni è composito: alcune delle esperienze emotive più comuni sono il disagio, la paura reale o immaginata del dolore, la sensazione di fallimento e chiusura, i vissuti di fallimento nella relazione con il corpo. La conseguenza spesso più frequente e drammatica è la sovrapposizione psicologica dell'esperienza piacevole, relativa alla sessualità, con quella spiacevole del dolore, o impossibilità penetrativa, provati durante il rapporto. È interessante notare che il vaginismo non è dipendente dall'eccitazione sessuale o dal desiderio di fare l'amore con il proprio partner, può sussistere anche in presenza di un intenso appetito sessuale, che tuttavia spesso si affievolisce in funzione della percepita propria inadeguatezza sessuale e della conseguente perdita di confidenza nei confronti del corpo. È proprio la dicotomia che si esprime fra fisico e psichico che è alla base della frustrazione provata da queste donne; nella pratica clinica emerge frequentemente un senso di spersonalizzazione, come se il corpo fosse abitato da esigenze differenti che veicolano e impongono un limite alla sessualità. Queste manifestazioni sintomatiche non necessariamente escludono la possibilità dell'orgasmo che tuttavia è chiaramente limitato all'esperienza esterna. L'iniziale repulsione alla penetrazione configurandosi psicologicamente anche come disagio e senso di fallimento, può tuttavia estendersi ad altri distretti corporei

deputati all'arousal erotico; in questo caso la sessualità diventa sempre più un'esperienza limitata e limitante in cui la componente dello scambio, qualora presente, sembra assumere connotati irreali. In questi casi l'erotismo viene minato nelle sue caratteristiche essenziali, il problema finisce per estendersi al tatto, al tocco, all'immaginazione stessa.

Letture interpretativa:

Da un punto di vista interpretativo sembra che il vaginismo sia una reazione globale di paura: la penetrazione, nella mente della donna, viene ridotta ai suoi soli significati aggressivi e violenti. Le contrazioni involontarie della muscolatura vaginale e perivaginale comunicano un conflitto fra il desiderio di lasciarsi andare e la paura che l'invasore valichi le porte di questo spazio intimo e vulnerabile. Ogni contrazione è la manifestazione di una spinta e di un'ambivalenza fra trattenere e lasciare andare; psichicamente il desiderio vorrebbe esplodere ma fisicamente il corpo non si sente ancora adatto a contenere ciò che potrebbe sopraggiungere: il piacere, l'orgasmo... o un figlio.

Secondo alcune interpretazioni psicodinamiche alla base del vaginismo esisterebbe una sorta di ostilità nei confronti dell'altro, inteso sia come uomo ma soprattutto come "ospite inatteso e indesiderato". La chiusura verrebbe interpretata come bisogno di mettere un limite al passaggio non solo nell'entrata dell'oggetto (inteso nell'accezione analitica) ma anche nell'uscita di qualcosa d'altro: il piacere ad esempio. Altre teorie postulano invece che un'importanza fondamentale abbia il tipo di educazione ricevuta o l'immagine, i vissuti e la comunicazione fatta dai genitori in ambito sessuale: in effetti la clinica ci mostra che spesso le donne che soffrono di questo disturbo hanno vissuto esperienze educative molto

rigorose e limitanti, e che in tal senso hanno introiettato il tabù della sessualità o nel migliore dei casi un rigido modello di confine o di barriera. In altri casi si rivela che un habitus sessuale esasperato dei genitori, una loro confidenza eccessiva che si esprime nella comunicazione delle proprie performances sessuali alla bambina o adolescente, rappresenta un modello relazionale che sfonda i confini facendo immaginare alla donna che il sesso è qualcosa di puramente intrusivo, sporco, da non fare o a cui non bisogna lasciare accesso.

A volte queste donne celano sotto la paura di lasciarsi andare anche il timore di una gravidanza indesiderata: in questo senso il chiudere le porte all'ingresso del pene potrebbe essere letto come un segnale di limite imposto anche all'accoglimento dello sperma e della successiva gestazione che scardinerebbe un principio di fissità a cui queste donne si ancorano saldamente.

Altre volte le pazienti che soffrono di vaginismo possono aver avuto una storia di traumi sessuali subiti durante l'infanzia (stupri, incesti) o possono invece avere vissuto anche da adulte esperienze sessuali in cui il tema del conflitto, della rottura delle barriere è stato all'origine del loro modello compensatorio; in questo caso il vaginismo rappresenta la somatizzazione di un trauma emotivo.

Frequentemente le donne vaginomiche hanno un attaccamento fortissimo nei confronti della madre così che spesso si sentono "figlie" piuttosto che compagne e mogli o mamme a loro volta. In questo caso è possibile che il compagno o marito manifesti una posizione speculare a quella della compagna e che si venga a creare un incastro nevrotico che ha come finalità quella di non far affrontare il conflitto cristallizzando la relazione e la

Da un punto di vista interpretativo sembra che il vaginismo sia una reazione globale di paura: la penetrazione, nella mente della donna, viene ridotta ai suoi soli significati aggressivi e violenti.

maturazione degli individui ad una fase prematrimoniale, spesso adolescenziale. Non è così infrequente che una donna vaginismica possa incontrare un uomo che ha problemi di deficit dell'erezione e che fra i due si crei un rapporto falsamente rassicuratorio.

Infine va ricordato che la mancanza di informazione in merito all'anatomia e alla fisiologia sessuale possono essere alla base della paura dell'atto.

Epidemiologia:

Se fosse possibile stilare un identikit della donna che soffre di vaginismo, con le adeguate approssimazioni fatte caso per caso, potremmo dire che questa paziente è una persona che non ha difficoltà nell'instaurare delle relazioni anche intime (entro un certo limite) e intense, ha facilità nel raggiungimento dell'orgasmo anche se solo di tipo clitorideo, spesso ha un elevato status socio-economico (che ne conferma il bisogno di indipendenza), è una donna colta, sottilmente rigida, determinata, che propone un'immagine di sé vagamente atemporale. Il partner della donna con vaginismo è generalmente una persona molto tollerante e comprensiva, che mostra affetto ed interessamento per la propria compagna. Spesso in una buona percentuale di casi si tratta di uomini che manifestano qualche tipo di disfunzione sessuale, frequentemente eiaculazione precoce come sintomo primario a cui può seguire un deficit dell'erezione. Sovente si tratta di relazioni che durano da molto tempo, che non hanno mai trovato nella sessualità il punto di massimo contatto ma che piuttosto individuano come base comune il supporto reciproco e un'affettività che può tuttavia celare conflitti irrisolti e soprattutto una profonda paura del contatto profondo e della critica che disconferma l'identità. In molti casi queste situazioni portano ad un'impotenza di coppia, ovvero ad un'invalidazione della sessualità che si avvalora delle difficoltà di entrambi i partner; il vaginismo è fra le cause più comuni anche dei "matrimoni bianchi", cioè quelli non consumati.

Terapie:

Da quanto esposto, appare chiaro che, qualora non sussistano problematiche di natura medica e il problema abbia un'evidente causa psicogena, occorre spiegare alla paziente, con naturalezza e fermezza, che è possibile, tramite il ricorso ad una consulenza psicologica e sessuologica specifica, favorire il superamento di questo suo disturbo. È possibile soprattutto lavorare sulla causa simbolica che sottendono la paura della penetrazione, l'ambivalenza e il bisogno di mettere un confine fra sé e il mondo. Partendo dal presupposto che un'adeguata educazione sessuale e una spiegazione dei meccanismi anatomo-fisiologici sia stata già data e sia servita a rassicurare la paziente e a colmare eventuali lacune di conoscenza, diventa importante l'analisi dei vissuti sottesi al vaginismo: l'elemento fobico (che determina la contrazione involontaria dei



Ci sono bellissime storie d'amore nel fondo delle borse, tra i pacchetti di sigarette e le chiavi; per questo a volte si fa fatica a trovarle, semplicemente perché tentano di nascondersi per poter rimanere lì.

Fabio Volo

muscoli addominali, adduttori delle cosce e vaginali) deve essere indagato con puntualità per dar voce agli strati più profondi del disagio, alle angosce ancora latenti, alle fantasie in cui gli elementi della perdita del confine, della lacerazione del limite e dell'invasione sono abbondanti e frequenti.

Nella mia esperienza clinica ho visto che alcune tematiche sono più ricorrenti di altre, incontriamo: la chiusura al mondo che significa anche paura delle esperienze nuove e misteriose; paura di una gravidanza indesiderata (o di cambiare il proprio stato di donna diventando mamma) che sottende anche una paura di accogliere il passare del tempo; un'andirivieni conflittuale di giudizi su se stesse, l'altro e sugli altri in generale che possono essere vissuti come sporchi, contaminanti; la paura di perdere il controllo e di non essere in grado di trattenere le parti di sé; la paura profonda del sesso in alcuni o tutti i suoi aspetti.

Alcuni **rimedi floreali**, da affiancare ad un lavoro sessuologico, possono essere decisamente di supporto per questa problematica:

- **Rock Rose** è il fiore del panico, per quando ci si sente come bloccati, in questa donna il sesso viene percepito come fonte di ansia e d'angoscia ed è paragonabile ad un evento traumatico che coglie all'improvviso. A volte questa sensazione di panico può essere anche avvalorata dal pensiero che se le emozioni vengono lasciate a briglia sciolte è possibile che ci invadano e ci travolgano.

- **Rock Water** molto indicato nella rigidità sia fisica che di pensiero, è adatto anche per la secchezza vaginale che può presentarsi secondariamente al vaginismo, da utilizzare assieme a **Water Violet** efficace per i sintomi osteomuscolari, la rigidità della schiena e soprattutto dei lombi, strutture muscolari fortemente coinvolte durante l'atto sessuale.

- **Mimulus** per le donne che manifestano il timore del rapporto sessuale.

- **Crub Apple** se vogliamo andare a lavorare sulla percezione radicata che la sessualità sia qualcosa di sporco.

- L'effetto sarà ancora migliore con la sinergia di **Manzanita** che lavora sul tema dell'accoglienza in tutte le sue forme e di **Dandelion** che aiuta il nel rilassamento della muscolatura perineale e vaginale.

- Se i blocchi esistenti sono condizionati da traumi pregressi, sarà fondamentale l'uso di **Star Of Bethlehem**, insieme ad alcuni rimedi australiani efficaci nel gestire in particolare i traumi da abuso sessuale: **Fringed Violet e Flannel Flower**.

- È interessante l'uso di **Pomegranate** utile per i problemi sessuali dovuti allo stress, alla paura della gravidanza, o ad altri conflitti interiori che si manifestano nell'ambivalenza polari e, in ultimo ritengo per quanto detto che tutte le problematiche sessuologiche abbiano un impatto significativo sulla coppia, pertanto l'uso di **Bush Gardenia** può essere di aiuto per far riemergere fra uomo e donna una comunicazione più viva e centrata sulla chiarezza, tenerezza e sul recupero della dimensione a due.

L'Istituto Erboristico L'Angelica e la Fondazione Umberto Veronesi

Una collaborazione dove Natura e Scienza si incontrano a sostegno della salute e della ricerca.



È grazie a uno spirito creativo, votato alla ricerca del benessere globale, che l'Istituto Erboristico L'Angelica si fa promotore di un approccio innovativo e affidabile, creando prodotti studiati per prendersi cura di sé in modo naturale e non aggressivo.

Proprio per l'impegno che da oltre trent'anni lo vede attivamente coinvolto nella ricerca e nello studio di prodotti sicuri ed efficaci per la salute della persona, L'Istituto Erboristico L'Angelica ha voluto legare il suo nome a quello di un'altra importante realtà come la Fondazione Umberto Veronesi, da anni in prima linea per preservare la salute attraverso la ricerca e la divulgazione scientifica.

Da sempre infatti la Fondazione Umberto Veronesi concentra il suo impegno nella ricerca, nella formazione e nella divulgazione scientifica, per diffondere la consapevolezza dell'importanza della scienza dell'uomo e favorire lo scambio virtuoso di idee. Con l'appoggio di alcuni dei più autorevoli scienziati del panorama mondiale, la Fondazione sostiene i progetti più all'avanguardia nell'ambito della Prevenzione, offrendo risorse a chi intende dedicarsi alla ricerca: i giovani studiosi del presente, i ricercatori di domani.

“L'Istituto Erboristico L'Angelica - spiega Andrea Gualandi, amministratore delegato e membro della famiglia proprietaria di Coswell - da trent'anni studia e realizza nei suoi laboratori innovativi prodotti totalmente made in Italy per il benessere naturale dell'organismo. Un impegno che si rinnova proprio attraverso la collaborazione con la prestigiosa Fondazione voluta da Umberto Veronesi, con l'obiettivo comune di promuovere il progresso scientifico che solo la ricerca è in grado di alimentare.”

Con questa iniziativa - prosegue Gualandi - L'Angelica supporta concretamente la Fondazione attraverso il finanziamento di un progetto affidato a giovani ricercatori italiani, per dare un aiuto concreto alla ricerca e sostenere la salute come valore universale. La collaborazione si sviluppa anche in senso pratico: il progetto di partecipazione prevede infatti anche la creazione di prodotti formulati in sinergia con i ricercatori finanziati della Fondazione e supportati da rigorosi studi scientifici.

È sempre maggiore infatti la consapevolezza dell'importanza di assumere corrette dosi di nutrienti nella dieta quotidiana. Per questo motivo la nutraceutica, disciplina che indaga i principi attivi naturali degli alimenti con effetti benefici sulla salute delle persone, assume un ruolo sempre più rilevante. L'Istituto Erboristico L'Angelica ha ideato, grazie alla preziosa collaborazione con i ricercatori della Fondazione Veronesi, un innovativo integratore alimentare in grado di contrastare lo stress ossidativo dell'organismo. Inoltre, a settembre, è previsto il lancio di un nuovo prodotto a base di frutta e verdura sempre creato con il contributo della Fondazione.

Due novità assolute che rivoluzionano completamente il mondo degli integratori e sottolineano l'importanza svolta dalla nutraceutica nel mantenere stabile la condizione fisiologica, colmando i deficit di fattori nutrizionali importanti e prevenendo degradazioni cellulari.

Dagli integratori in bustina, in tappo o in capsule, alle tisane in filtro o solubili, fino agli infusi e ai tè funzionali, tutti i prodotti della linea di Alimentazione Salutistica sono studiati appositamente per soddisfare le più diverse esigenze di benessere quotidiano, in modo naturale, non aggressivo, in armonia con i ritmi del nostro corpo.