

DOLOR EN LAS RELACIONES SEXUALES



¿Qué significa dispareunia?

Al dolor durante el coito se le denomina clínicamente dispareunia. Consiste en tener dolor, de mayor o menor intensidad, durante la realización del acto sexual o posterior a él.

¿Por qué es importante?

Las relaciones sexuales siempre se asocian a una sensación placentera y de disfrute. Sin embargo, muchas mujeres no son capaces de percibir estas sensaciones positivas pues prevalecen otras negativas como puede ser el dolor, tema que nos concierne.

La importancia de la dispareunia radica en filiar la causa de la misma así como intentar dar una solución.

Es un tema delicado pues normalmente las pacientes son reacias a compartir sus inquietudes incluso con sus parejas lo que añade complejidad.

Afecta a un porcentaje nada desdeñable de mujeres, alrededor del 20%.

A largo plazo puede tener consecuencias graves como la pérdida de interés en la vida sexual así como la inhibición del deseo sexual o anorgasmia con los problemas, a su vez, que todo ello conlleva a nivel de la pareja.

¿Cómo se diagnostica?

El diagnóstico lo realiza la propia paciente. El paso más importante es, quizá, compartir su “problema” y preocupación con la pareja y que ambos busquen ayuda en un profesional. El ginecólogo será el encargado de filiar la causa de la dispareunia e intentar poner solución. Para ello llevará a cabo una historia clínica y exploración ginecológica completa, incluida ecografía transvaginal.

¿Por qué se produce la dispareunia?

Existen dos causas principales; En primer lugar la causa psicológica y en segundo lugar la causa física.

En ocasiones las pacientes no son capaces de relajarse durante el coito, por distintos y múltiples motivos, lo que da lugar a una sequedad vaginal que hace difícil la penetración con el consecuente dolor.

Por otra parte, a veces existen barreras mecánicas como puede ser malformaciones genitales. En ocasiones existe un déficit de estrógenos (fundamentalmente en mujeres menopáusicas) y en otras ocasiones, irritación genital secundario a infecciones vaginales que dificulta de igual modo la penetración por dolor en la mujer.

¿Cuál es el tratamiento?

Una vez que se haya acudido al profesional, ginecólogo/a, se intentará abordar el problema desde un punto de vista multidisciplinar.

DOLOR EN LAS RELACIONES SEXUALES



Cuando estamos ante una causa psicológica, será importante la participación de psicólogos clínicos y ginecólogo para a través de una terapia, idealmente para ambos miembros de la pareja, conseguir que desaparezca la dispareunia.

En lo que se refiere a causas físicas, existen cremas de estrógenos de aplicación local que disminuyen la sequedad vaginal y mejoran las relaciones sexuales una vez que las mujeres llegan a la menopausia (época caracterizada por la bajada de los niveles de estrógenos). A veces se requerirá tratamiento antibiótico si el dolor se asocia a infecciones vaginales. En otras ocasiones, el tratamiento consiste en una intervención quirúrgica fundamentalmente si la base de la dispareunia se encuentra en alguna malformación genital.

Consejos de salud y prevención

El principal y único consejo en mujeres que padezcan dolor durante las relaciones sexuales es que lo compartan, primero con su pareja y que JUNTOS busquen ayuda con un/a ginecólogo/a experto/a que les guíe a la solución y poder disfrutar de las relaciones sexuales pues el placer debe ser el protagonista durante las mismas y no el dolor.

