Dolor en las relaciones sexuales

Causas y soluciones

Para algunas mujeres mantener relaciones sexuales puede convertirse en una auténtica pesadilla. 1 de cada 10 mujeres sufren "dispareunia", es decir, dolor genital que puede aparecer antes, durante o después de las relaciones. Sentir molestias puede ser de lo más normal en el momento del coito, pero si la dolencia es frecuente y el dolor persiste, puede tratarse de un problema mayor. Si esto ocurre, lo ideal es acudir a un especialista que determine las causas y ponga solución a estas dolencias sin tener que renunciar a la vida sexual. La unidad de suelo pélvico de la Clínica Rozalén ofrece todas las claves. www.clinicarozalen.com

Los síntomas aparecen en el momento de la penetración y se identifican como un dolor molesto e incluso punzante que puede durar horas después de haber practicado sexo.

¿Qué puede provocar el dolor?

Las causas se pueden asociar a problemas estructurales, pero también psicológicos:

- **Sequedad vagina**l, es muy frecuente. Se produce cuando no hay suficiente lubricación, por falta de los niveles de estrógeno o incluso por la ingesta de algunos medicamentos que frenan el deseo sexual.
- **Enfermedades o infecciones** como la endometriosis, el prolapso uterino, las cistitis, las hemorroides o quistes en los ovarios.
- **Cicatrices tras cirugías pélvicas o tratamientos médicos.**
- **Alteraciones del pH vaginal** como dermatitis y reacciones alérgicas al haber usado productos erróneos como jabones perfumados o lubricantes.
- **Causas psicológicas.** La ansiedad, el estrés, el miedo, la falta de excitación o deseo sexual y hasta las experiencias traumáticas del pasado son algunos de los trastornos que pueden provocar el dolor.

¿Qué soluciones hay?

En ocasiones se pueden llevar a cabo **tratamientos para suelo pélvico**. Son ideales para conocer la musculatura pélvica y aprender a controlarla. De esta forma se conseguirá relajar la vagina y aliviar el dolor. Sin embargo, la solución dependerá en todo caso de la causa:

- **Si sufres sequedad** lo ideal es usar estrógenos en forma de lubricantes e hidratantes vaginales ya que pueden ser la solución para evitar el dolor en el momento de la penetración.
- **Para los problemas orgánicos** el tratamiento dependerá tanto de la causa como de cada caso. Lo principal es acudir a un especialista, quien determinará el problema y lo tratará con fármacos o fisioterapia.
- **Si el origen es psicológico,** se deberá recurrir a un experto en sexualidad o a un psicoterapeuta, quien ayudará a afrontar y superar el problema, así como a aumentar el deseo sexual perdido.

Acerca de la Clínica Rozalén

Las Clínicas Rozalén nacen con vocación de acercar a España el último concepto de Rehabilitación y Fisioterapia, desde un claro compromiso con la salud de vanguardia y la mejor atención al cliente. Nacidas de la mano del conocido Dr. Rozalén, en 1985, hoy disponen de 3 centros en continua innovación y estudio de las nuevas técnicas para la mejor asistencia y recuperación del paciente. Todas las áreas están respaldadas por médicos especialistas y fisioterapeutas especializados en cada una de las materias.

CLÍNICA ROZALEN
C/ O´Donnell, 49, 28009 Madrid
Tfno.: 915 04 44 11 Fax.: 915742228

CENTRO MÉDICO Y DE REHABILITACIÓN DOCTOR ROZALEN
C/ Carlos Domingo, 21, 28047 Madrid
Tfno.: 914 65 84 64 Fax.: 915742228

CENTRO MÉDICO Y DE REHABILITACIÓN DOCTOR ROZALEN
C/ Francisco Navacerrada, 10, 28028 Madrid
Tfno.: 913 61 31 41 Fax.: 915742228

UNIDAD DE SUELO PÉLVICO DOCTOR ROZALEN
C/ Fernán González, 15 bajo, 28009 Madrid
Tfno.: 915 04 44 11

Unidad de Suelo Pélvico Dr. Rozalén en Facebook

@clinicarozalen en Instagram