

Dolore Genito-Pelvico: che cos'è e perché è importante saperne di più

Di Filippo Maria Nimbi,

Psicologo, Psicosessuologo e Dottore di Ricerca

All'interno della categoria "**Dolore Genito-Pelvico**" sono raccolte numerose condizioni cliniche che hanno un'origine multifattoriale (biopsicosociale) e che sono legate allo stato ormonale (menopausa, allattamento), alla salute ginecologica (endometriosi, prolasso degli organi pelvici, incontinenza urinaria), alla neurologia (nevralgia, sclerosi multipla), alle infezioni (vaginosi batterica, candidosi), a disturbi sistemici (sindrome di Behcet, disturbo di Crohn), all'uso di alcune categorie di farmaci (terapie oncologiche, contraccezione ormonale), a problemi "meccanici" (traumi da penetrazione, poca lubrificazione, abrasione) o troppo spesso hanno un'origine non definita. Negli ultimi anni gruppi di esperti si sono riuniti per cercare una definizione più precisa per i diversi tipi di dolore vulvare ("Classificazione 2015" della *Società Internazionale per lo Studio della Malattia Vulvovaginale*, la *Società Internazionale per lo Studio della Salute Sessuale delle donne* e la *International Pelvic Pain Society*.) proponendo **due categorie principali**: "*dolore vulvare correlato a disturbo specifico*" (es., infiammatorio, neoplastico, traumatico) e *dolore idiopatico che dura da almeno 3 mesi* chiamato "*Vulvodinia*".

A prescindere dalla causa, il dolore genito-pelvico crea notevoli difficoltà sia alle donne che ne sono affette che ai partner, poiché influenza negativamente la qualità della vita e la salute sessuale. Oltre al dolore, anche la rabbia, il non sentirsi capite, la stanchezza e la continua ricerca per una cura caratterizzano la vita sociale e lavorativa di queste donne. Quando si parla di relazione e sessualità, la faccenda si complica ulteriormente. Le **disfunzioni sessuali** legate al dolore sono generalmente la *dispareunia* (dolore che interferisce con i rapporti sessuali) e il *vaginismo* (spasmo vaginale che impedisce la penetrazione), ma è molto frequente riscontrare anche altre problematiche legate all'area del desiderio sessuale, dell'eccitazione e dell'orgasmo. Il "dolore sessuale" è stato vergognosamente ignorato dalla comunità scientifica che si occupa di dolore e dalle autorità sanitarie, sebbene circa il 40% delle donne tra i 20 e i 40 anni ne soffre durante i rapporti. Inoltre, fino al 16% della popolazione femminile viene diagnosticata con Vulvodinia (fra le donne under 30 la stima è di una su cinque) e purtroppo gli studi indicano una prevalenza in forte aumento. Il dolore non si limita ai rapporti sessuali, ma viene riportato anche in altre situazioni come l'esame ginecologico, l'inserimento di un tampone e l'esercizio fisico. Nonostante l'alta prevalenza e l'impatto negativo sulla qualità della vita, la ricerca su questo argomento è ancora scarsa. Spesso le stesse donne hanno paura di chiedere aiuto perché pensano che provare dolore durante i rapporti sia normale e parte integrante dell'essere "donna".

Il dolore genito-pelvico non è solo un problema medico, ma deve essere considerato sotto una prospettiva biopsicosociale. L'aspetto psicologico (ansia, depressione, angoscia, paura, colpa, evitamento, alessitimia, abuso, identità sessuale, immagine corporea, stili di attaccamento) e aspetti sociali (relazioni, amicizie, comunità sanitaria, atteggiamenti verso la sessualità) sono molto importanti nel definire il quadro di queste condizioni accomunate dal dolore genitale, ma gli studi sono ancora poco chiari e controversi. Poiché le donne e molti operatori sanitari non sono consapevoli degli effetti ad ampio raggio di queste condizioni, c'è molta difficoltà a trovare il giusto supporto sanitario. Idealmente, una valutazione completa dovrebbe includere un'analisi del dolore, una valutazione medica, psicologica e del pavimento pelvico. Le linee guida per il trattamento consigliano una combinazione di interventi educativi sulla gestione del dolore, fisioterapia del pavimento pelvico, terapia sessuale e approcci medici seguendo una strategia integrata multidimensionale. Ciò richiede un'attenta analisi delle peculiarità di ogni condizione e del contesto specifico di ogni donna, non solo legate al contesto sessuale, ma includendo aspetti comportamentali, emotivi, cognitivi, fisiologici e interpersonali.

In tal senso, il nostro progetto di ricerca parte dal Dipartimento di Psicologia Clinica e Dinamica della Sapienza Università di Roma e intende identificare i **principali fattori biopsicosociali** (*aspetti socio-anagrafici, alessitimia, qualità della vita, qualità relazionale, livelli di psicopatologia, qualità e quantità del dolore, sessismo, funzione sessuale, emozioni e schemi cognitivi attivati durante l'attività sessuale, credenze sessuali disfunzionali e stereotipi, distress e soddisfazione sessuale*) coinvolti nelle diverse condizioni di dolore genito-pelvico (nello specifico **Endometriosi, Vulvodinia, Cancro al seno e Menopausa**). Questo permetterà un avanzamento della ricerca tale da **migliorare il processo diagnostico e testare l'efficacia di nuovi protocolli di trattamento**. Il progetto è già partito in diversi centri del territorio romano come il Policlinico Umberto I, l'Ospedale Sant'Andrea e l'Istituto di Sessuologia Clinica.

**Ma tutte le donne sono invitate a partecipare allo studio.
Abbiamo bisogno di tante partecipanti, con o senza dolore genito-pelvico!**

Per partecipare compila il protocollo online che trovi a questo link:

<http://www.sessuologiaclinicaroma.it/elenco-del-test-protocollo-isc/>

Il protocollo si divide in tre parti e la compilazione globale dura in media 45-50 minuti. Le verranno fornite via email delle credenziali alfanumeriche personali per accedere alle tre parti del protocollo. Le credenziali saranno utili sia per garantire il suo anonimato, sia per permetterle di compilare le tre parti anche separatamente, con comodità in momenti o giornate diverse.

Per info e contatti: istitutosessuologiaclinica@gmail.com

Responsabile: Prof.ssa Chiara Simonelli, Dipartimento di Psicologia Dinamica e Clinica, Sapienza Università di Roma