RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Terca-Feira, 10 de Novembro de 2026

Ressecamento vaginal: por que tantas mulheres sofrem caladas com algo que tem tratamento?

BRUNA GHETTI

Bruna Ghetti

É muito comum ver uma mulher entrar no consultório com um incômodo que ela mal consegue nomear. Às vezes, ela descreve como uma coceira estranha. Outras vezes, como um ardor constante, um desconforto durante o sexo ou uma sensação de ressecamento que não passa. A maioria demora meses, até anos, para buscar ajuda porque acha que é “normal da idade”, porque sente vergonha ou porque simplesmente não sabe que existe um nome para isso.

O ressecamento vaginal é uma consequência direta da queda dos hormônios femininos, especialmente do estrogênio, que acontece na menopausa, mas não só nela. Mulheres que passaram por cirurgias, quimioterapia, tratamentos hormonais ou que estão amamentando também podem sofrer com isso. E não, não é uma questão estética, nem frescura. Estamos falando de dor, de desconforto real, de impacto na autoestima e na qualidade de vida íntima e emocional.

O que mais me impressiona é como isso ainda é invisível. Mesmo entre mulheres bem informadas, a maioria nunca ouviu falar no termo. Falam em candidíase, infecção urinária, irritação. Mas raramente associam os sintomas à saúde da mucosa vaginal, que também envelhece, que também perde elasticidade, hidratação e proteção natural.

E por que isso é importante? Porque existe tratamento. E não estamos falando apenas de hormônios, embora eles sejam uma opção excelente para muitas mulheres. Existem hidratantes vaginais, laser íntimo, radiofrequência, fisioterapia pélvica e uma série de recursos modernos, acessíveis e eficazes que podem devolver o conforto, a confiança e o prazer. Mas antes disso, é preciso quebrar o silêncio.

Precisamos falar sobre isso com mais naturalidade, com mais empatia, com menos tabu. Nenhuma mulher precisa aceitar viver com dor, evitar o toque, temer a intimidade ou fingir que está tudo bem quando não está. O corpo muda, sim, mas não significa que ele deixou de merecer cuidado. Aliás, é justamente nessa fase que ele mais precisa ser escutado.

Meu convite como médica é esse: não normalize o desconforto. Fale sobre ele, pergunte, investigue, se permita buscar alívio. Sua saúde íntima é parte essencial da sua saúde como um todo. E você não precisa atravessar esse caminho sozinha.

Dra. Bruna Ghetti é *médica ginecologista, referência em saúde íntima e longevidade feminina*