

EFEITO DA CONSCIÊNCIA MUSCULAR NA PREVENÇÃO E TRATAMENTO DE DISFUNÇÕES SEXUAIS E DO ASSOALHO PÉLVICO FEMININO

EFFECT OF MUSCULAR AWARENESS ON THE PREVENTION AND TREATMENT OF FEMALE SEXUAL AND PELVIC FLOOR DYSFUNCTIONS: A LITERATURE REVIEW

Marcela Araújo da Mata¹

Maria Cíntia Silva Barros²

Jennyfer Stephane Corpio de Almeida³

Ericles Dias⁴

RESUMO: O assoalho pélvico feminino desempenha papel fundamental na sustentação dos órgãos pélvicos, na continência urinária e fecal, além de ser parte importante na função sexual. Alterações nessas musculaturas podem causar disfunções que comprometem a qualidade de vida das mulheres. Este estudo teve como objetivo analisar o efeito da consciência muscular na prevenção e no tratamento de disfunções sexuais do assoalho pélvico feminino. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada entre dezembro de 2024 e outubro de 2025, nas bases de dados PubMed, SciELO e LILACS, utilizando descritores em português, inglês e espanhol publicados entre 2016 a 2025. Os estudos selecionados apontam que técnicas como exercícios de kegel, cinesioterapia, biofeedback, ginásticas hipopressiva, eletroestimulação e terapias manuais promovem melhora significativa da força muscular, da propriocepção e da função sexual feminina. Além disso, a aplicação da consciência corporal durante o treino favorece o controle, a coordenação e a percepção muscular, potencializando os resultados terapêuticos. Conclui-se que a fisioterapia pélvica, aliada à consciência muscular, é uma estratégia eficaz e não invasiva para a reabilitação e prevenção das disfunções sexuais feminina.

834

Palavras-chave: Assoalho pélvico. Disfunções sexuais. Fisioterapia pélvica. Biofeedback. Propriocepção.

ABSTRACT: The female pelvic floor plays a fundamental role in supporting pelvic organs, maintaining urinary and fecal continence, and contributing to sexual function. Alterations in this musculature may cause dysfunctions that compromise women's quality of life. This study aimed to analyze the effect of muscular awareness on the prevention and treatment of sexual and pelvic floor dysfunctions in women. It is an integrative literature review conducted between December 2024 and October 2025, in the PubMed, SciELO, and LILACS databases, using descriptors in Portuguese, English, and Spanish, and including articles published between 2016 and 2025. The selected studies indicate that techniques such as Kegel exercises, kinesiotherapy, biofeedback, hypopressive gymnastics, electrostimulation, and manual therapies promote significant improvements in muscle strength, proprioception, and female sexual function. Furthermore, the application of body awareness during training favors control, coordination, and muscular perception, enhancing therapeutic outcomes. It is concluded that pelvic physical therapy, combined with muscular awareness, is an effective and non-invasive strategy for the rehabilitation and prevention of female sexual dysfunctions.

Keywords: Pelvic floor. Sexual dysfunctions. Pelvic physiotherapy. Biofeedback. proprioception.

¹Graduanda do curso de Fisioterapia Pelo Centro Universitário UNILS.

²Graduanda do curso de Fisioterapia Pelo Centro Universitário UNILS.

³Graduanda do curso de Fisioterapia pelo Centro Universitário UNILS.

⁴Orientador. Centro Universitário UNILS.

INTRODUÇÃO

A pelve humana é composta pelos ossos ílio, ísquio, púbis, sacro e cóccix. Está localizada na porção inferior da coluna vertebral e apresenta duas bases: uma superior, denominada pelve maior, que abriga vísceras abdominais; e outra inferior, chamada de pelve menor. O assoalho pélvico (AP) é constituído por um conjunto de músculos e fáscias responsáveis pela sustentação dos órgãos pélvicos, resistência a pressão intra-abdominal, manutenção da continência urinária e fecal, participação na função sexual e atuação no período expulsivo do parto vaginal (STEIN *et al.*, 2018).

O AP é formado pela musculatura levantadora do ânus (pubovisceral, pubococcígeo e iliococcígeo), além dos músculos coccígeo, bulbocavernoso, isquiocavernoso e os músculos perineais transversos profundo e superficial. O fortalecimento dessa musculatura pode ocorrer em qualquer fase da vida da mulher, sendo especialmente relevante no período gestacional, quando há maior risco de enfraquecimento do períneo. Tal enfraquecimento pode ocasionar disfunções sexuais, incontinência urinária, prolapso genital e flacidez vaginal (SILVA ;NAGANIME; DANTAS, 2021)

A musculatura do assoalho pélvico é composta por fibras musculares tipo I que possuem contração lenta e encarregadas por manter o tônus muscular e tipo II de contrações rápidas e com baixa resistência. O tecido endopélvico é formado por colágeno, fibroblastos, elastina e vasos sanguíneos (SOUSA; SANTOS; FIGUEREDO, 2020).

De acordo com a Associação Internacional de Uroginecologia e a Sociedade Internacional de Continência, considera-se como função adequada do AP a capacidade de realizar contrações fortes, voluntárias e involuntárias, promovendo o fechamento em torno da vagina, uretra e ânus de forma eficaz. No entanto, cerca de 30% a 50% das mulheres, inclusive jovens, não conseguem realizar a contração do períneo de maneira adequada quando solicitadas (RODRIGUES *et al.*, 2019).

De acordo com Myers (MYERS *et al.*, 2018) as causas das disfunções sexuais femininas (DSF) são multifatoriais. Segundo o manual diagnóstico e estatístico para transtornos mentais, as DSF estão associadas a transtorno de interesse, excitação sexual, orgásmico, dor e penetração gênito pélvica. Tendo uma etiologia psicossocial podendo advir de condições biológicas, orgânicas ou psicológicas/sociais.

A reabilitação e o fortalecimento dos músculos do assoalho pélvico possuem efeitos satisfatórios na vida sexual das mulheres. O treinamento e a conscientização da MAP têm sido

apontados como técnicas para auxiliar no tratamento das disfunções sexuais femininas. (Araújo; Monteiro; Siqueira, 2021).

O presente estudo tem como objetivo analisar a eficácia e o papel da fisioterapia pélvica na prevenção e no tratamento das disfunções sexuais do assoalho pélvico feminino. Buscando avaliar as principais técnicas fisioterapêuticas utilizadas no tratamento e prevenção das disfunções pélvicas, a prevalência de disfunções sexuais relacionadas ao enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico, investigar a correlação entre o fortalecimento muscular e melhora da função sexual, além de promover discussão científica sobre as abordagens fisioterapêuticas voltadas para saúde da mulher.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo foi conduzido por meio de uma revisão integrativa da literatura que possibilitou reunir, analisar e apresentar de forma sistematizada os principais achados acerca dos efeitos da consciência muscular na prevenção e tratamento de disfunções sexuais do assoalho pélvico feminino.

A estratégia de busca bibliográfica foi conduzida de forma online entre os meses de dezembro de 2024 a outubro de 2025, utilizando as seguintes bases de dados: pubmed, scielo e lilacs. Foram utilizados como descritores, combinados entre si com os operadores booleanos and e or: em português: ‘assoalho pélvico’, “disfunções sexuais”, “fisioterapia pélvica”, “biofeedback”, “propriocepção” e em espanhol: “suelo pélvico”, “disfunción sexual” “fisioterapia pélvica”, “biorretroalimentación”, “propiocepción” e inglês: “pelvic floor”, “pelvic physiotherapy”, “sexual dysfunctions”, “biofeedback”, “proprioception”.

Os critérios de inclusão definidos foram: artigos publicados entre 2016 e 2025, disponíveis na íntegra em português, espanhol e inglês, que abordassem a relação do efeito da consciência muscular na prevenção e tratamento de disfunções sexuais do assoalho pélvico feminino. Foram excluídos trabalhos duplicados, estudos em população masculina, publicações que não apresentaram relevância com os objetivos propostos e publicações com mais de dez anos.

A seleção e análise dos estudos foram conduzidas seguindo os preceitos da revisão bibliográfica da literatura, garantindo a validade metodológica e a relevância científica dos dados

RESULTADOS

A busca nas bases de dados resultou em 143 artigos. Destes, 40 foram descartados pela análise de título, 33 foram excluídos por não estarem disponíveis na íntegra, restando 70 publicações para análise detalhada de título e resumo e 48 trabalhos foram eliminados e outros 12 não contemplaram os critérios estabelecidos nem responderam à questão norteadora da pesquisa.

Ao final do processo de triagem, 10 publicações foram incluídas nesta revisão, o quadro 1 apresenta os artigos selecionados contemplando, autor/ano, amostra, objetivo, principais resultados e conclusão.

Quadro 1 - Artigos selecionados

Autor/ano	Amostra	Objetivo	Principais Resultados	Conclusão
RIETJENS et al., 2016	Estudo de revisão (técnicas relatadas na literatura).	Identificar as principais técnicas fisioterapêuticas usadas para estimular a consciência e propriocepção do assoalho pélvico.	Toque digital foi o mais utilizado; biofeedback mostrou-se mais eficaz; treino proprioceptivo auxilia na consciência muscular.	A fisioterapia pélvica é eficaz no treinamento da consciência e propriocepção do MAPA, mas faltam estudos comparativos entre as técnicas.
Calvopiña Caizahuano et al., 2025	Revisão bibliográfica, inicialmente 112 artigos identificados, após filtros, foram considerados 27 artigos que tratavam de programas de fortalecimento do assoalho pélvico em mulheres com disfunção sexual.	Analisar programas fisioterapêuticos multimodais de fortalecimento do assoalho pélvico para mulheres com disfunção sexual.	Foram selecionados 27 que evidenciaram a eficácia de programas diversos, incluindo exercícios de contração muscular, educação sexual, apoio do parceiro e trabalho autônomo, na redução da dispareunia e melhora da função sexual.	Os programas multimodais demonstraram eficácia no treinamento da musculatura hipotônica do assoalho pélvico, aumentando o desejo sexual, lubrificação, orgasmo, satisfação sexual e redução da dor em mulheres com disfunção sexual.

Araújo <i>et al.</i> , 2021	Revisão integrativa de 6 artigos publicados entre janeiro de 2009 e agosto de 2019.	Identificar e analisar terapêuticas não farmacológicas analgésicas utilizadas em disfunções sexuais visando contribuir com a prática clínica e terapêutica.	Dilatadores vaginais, massagens e liberação miofascial eficazes; combinação com exercícios do assoalho pélvico potencializa resultados.	As terapias não farmacológicas, como dilatadores vaginais, massagens perineais, liberação miofascial e exercícios do assoalho pélvico, são eficazes no tratamento de disfunções sexuais dolorosas, promovendo alívio da dor e melhora da função sexual.
Bezerra, S., 2024.	Revisão integrativa de literatura, 10 artigos selecionados publicados entre 2019 e 2024	Analisar a influência da fisioterapia na prevenção e tratamento das principais disfunções pélvicas em mulheres, com foco em aspectos como incontinência urinária, prolapso genitais e outras condições relacionadas.	A fisioterapia, especialmente os exercícios do assoalho pélvico, demonstrou eficácia na prevenção e tratamento de disfunções pélvicas femininas. Programas de reabilitação pélvica contribuíram significativamente para a melhora da qualidade de vida das mulheres afetadas por essas condições.	A fisioterapia é essencial para prevenir e tratar disfunções pélvicas, promovendo saúde e bem-estar feminino

Sartor 2018	Revisão da literatura estudos entre 16.	Verificar a de dos tratamentos pêuticos em es sexuais as (vaginismo e nia)	Foram analisados 28 estudos; como cinesioterapia, imulação, ginástica siva, biofeedback, cones e terapia manual am benefícios; ausência de zação dos protocolos ram definir a melhor conduta.	Todos os estudos n melhora ou cura dos s, confirmando os benefícios da pia; recomenda-se mais zação e ensaios controlados.
Hage , 2020	Ensaio com 600 s com ência com idade 55 anos, zadas em apos: PFMT feedback vs. PFMT	Avaliar a do treino do assoalho (PFMT) com ack eletromiográfico do ao PFMT isolado mento de ência urinária o ou mista).	Após 24 meses, as ões do ICIQ-UI SF foram ntes entre o grupo com ack e o grupo PFMT puro a média -0,09, IC95% -0,92 = 0,84). Custos e qualidade a também não diferiram tivamente entre os grupos.	Não houve evidência de diferença tiva entre PFMT com biofeedback e PFMT a longo prazo. O uso de biofeedback ográfico não deve ser dado como parte padrão do nto.

Hay-Smith <i>et al.</i> , 2024	Revisão sistemática, analisou 21 ensaios randomizados/quase-randomizados, com 1.490 mulheres que possuíam incontinência urinária de estresse, urgência ou mista.	Comparar diferentes abordagens de PFMT (modo de supervisão, tipos de contração, frequência, uso de biofeedback) em mulheres com incontinência urinária.	Combinações de supervisão semanal + individual mostraram melhores resultados de melhora subjetiva; poucos estudos apresentaram diferenças claras; evidência insuficiente para determinar abordagem.	As evidências disponíveis são insuficientes para recomendar uma abordagem “melhor” de PFMT. Porém, supervisionar mais frequentemente pode aumentar a probabilidade de melhora subjetiva.
Costa <i>et al.</i> , 2023	Revisão narrativa, utilizado 12 estudos primários que utilizam treinamento dos músculos do assoalho pélvico como intervenção para disfunções sexuais. Excluídos revisões, teses, dissertações e estudos com patologias neurológicas.	Descrever os efeitos dos protocolos de treinamento dos músculos do assoalho pélvico usados no tratamento das disfunções sexuais femininas.	Selecionaram 12 artigos; protocolos supervisionados e domiciliares foram usados, frequentemente combinados com eletroestimulação, liberação miofascial, uso de lubrificantes; resultados apontaram melhora da função sexual em mulheres com disfunções.	O treinamento dos músculos do assoalho pélvico, supervisionado ou domiciliar, mostrou-se viável e eficaz para melhorar a função sexual em mulheres com disfunções do assoalho pélvico.

Narváez, E. M., 2023	Revisão de literatura científica e análise conceitual entre técnicas de Yoga (Mula Bandha) e exercícios de Kegel.	Comparar a técnica de Mula Bandha (Yoga) com os exercícios de Kegel no fortalecimento do assoalho pélvico e sua influência na saúde sexual.	Os exercícios de Kegel fortalecem os músculos pélvicos e são amplamente usados em ginecologia e urologia; Mula Bandha, além de fortalecer, integra respiração, posturas e meditação, promovendo consciência corporal, efeitos neuropsicológicos e hormonais positivos.	O Yoga, especialmente com a prática de Mula Bandha, pode superar os efeitos das terapias convencionais, oferecendo um enfoque integral para a saúde sexual; porém, ainda há necessidade de mais evidências experimentais.
Burti et al., 2023	Revisão teórica conceitual.	Discutir o papel da fisioterapia na saúde pélvica: prevenção, reabilitação e visibilidade da especialidade.	A fisioterapia pélvica atua em prevenção e tratamento de disfunções (incontinência, disfunções sexuais, prolapso) por meio de técnicas variadas; aponta baixa visibilidade institucional da especialidade.	A fisioterapia tem um papel estratégico e multifacetado na saúde pélvica: prevenção, reabilitação e promoção de qualidade de vida. Contudo, é necessário ampliar o conhecimento e reconhecimento da especialidade entre pacientes e gestores de saúde para que sua atuação seja eficaz e acessível.

Fonte: Elaborada pelas autoras 2025.

DISCUSSÃO

Os estudos apresentados no quadro acima constituem uma revisão relevante acerca das Intervenções fisioterapêuticas voltadas à funcionalidade do assoalho pélvico. De modo geral, verifica-se consenso entre os autores quanto à eficácia dessas abordagens, que demonstram promover benefícios não apenas físicos, mas também psicológicos, contribuindo para a melhoria global da qualidade de vida dos indivíduos.

Os resultados apresentados por Hay-Smith *et al.* (2024), reforçam a importância de adaptar o treinamento do AP conforme a necessidade de cada paciente. A pesquisa mostra diferentes formas de supervisão e uso de recursos, como biofeedback podem melhorar a percepção muscular e a resposta ao tratamento. No entanto, os autores também destacam que ainda não existe uma única abordagem considerada melhor, o que reforça um olhar clínico individualizado.

De forma semelhante, Costa (2023) destacam que protocolos bem estruturados, sejam aplicados de forma supervisionada ou realizados em domicílio, quando associados a intervenções como o treinamento muscular do assoalho pélvico (TMAP), o uso de biofeedback, a eletroterapia e as terapias manuais, promovem melhorias significativas nas funções sexuais e na percepção corporal. Esses achados reforçam que, além do ganho de força muscular, a consciência corporal e a atenção às respostas do próprio corpo são componentes fundamentais para a obtenção de resultados terapêuticos satisfatórios.

No estudo de Hagen *et al.* (2020), foi analisada a eficácia do treinamento do assoalho pélvico (PFMT) isolado e em associação ao biofeedback eletromiográfico no tratamento da incontinência urinária feminina. Os resultados mostraram que, após 24 meses, não houve diferença significativa entre os métodos em relação à melhora dos sintomas e à qualidade de vida das participantes. Dessa forma, os autores concluíram que o biofeedback não apresenta benefícios adicionais relevantes quando comparado ao PFMT tradicional, sendo o treinamento supervisionado dos músculos do assoalho pélvico o principal recurso conservador recomendado.

Já Narváez (2023), levanta um ponto interessante sobre o uso de práticas integrativas, como Mula Bandha (YOGA), exercícios Kegel, que trabalha no fortalecimento do assoalho pélvico e equilíbrio corporal. Segundo o autor o yoga, vai muito além da contração muscular: envolve respiração, postura, controle mental, consciência corporal e autoconhecimento. Essas associações têm potencial para intensificar os efeitos da fisioterapia e estimular uma reconexão corporal mais profunda, aspecto essencial em mulheres com disfunções sexuais.

842

A partir da análise dos estudos de Bezerra (2024) e Burti (2023), observasse convergência quanto à relevância da fisioterapia pélvica na prevenção e no tratamento das disfunções sexuais femininas associadas ao assoalho pélvico. Ambos os autores enfatizam que a intervenção fisioterapêutica, fundamentada em exercícios específicos e técnicas de conscientização corporal, é determinante para a obtenção de melhores desfechos clínicos e para a reabilitação funcional. Dessa forma, evidencia-se que a fisioterapia pélvica atua de maneira integral sobre a função e a saúde pélvica feminina.

Estudos como os de Sartori (2018), e Araújo (2021), destacam que as técnicas como hipopressivo, cinesioterapia, dilatadores vaginais, massagem pélvica e liberação miofascial também apresentam bons resultados na melhora da função sexual. Essas abordagens quando bem indicadas ajudam a reduzir dores e tensões, proporcionando melhor consciência corporal durante as atividades sexuais.

Na mesma linha, Rietjens (2016), mostrou que tanto o toque digital como o biofeedback são eficazes para o desenvolvimento da consciência e propriocepção do AP. Essa percepção sensorial é essencial para que a mulher consiga identificar, contrair e relaxar corretamente a musculatura pélvica, alcançando assim resultados mais duradouros e efetivos.

E Calvopiña Caizahuano (2025), reforça a importância dos programas multimodais, que incluem não só o fortalecimento muscular, mas também educação sexual, apoio emocional, trabalho autônomo e envolvimento do parceiro. Essa perspectiva mais abrangente evidencia que o manejo das disfunções sexuais e pélvicas deve ser integral e focado na mulher, considerando suas experiências, limitações e metas pessoais.

De modo geral, os estudos apontam que o fortalecimento do AP aliado à consciência corporal é um dos caminhos mais eficazes para o tratamento e prevenção das disfunções sexuais feminina, no entanto ainda há necessidade de padronização de protocolos e mais pesquisas experimentais que comprovem a eficácia a longo prazo de cada abordagem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente revisão de literatura teve como propósito analisar o efeito da consciência muscular na prevenção e no tratamento das disfunções sexuais e do assoalho pélvico feminino, evidenciando a eficácia da fisioterapia pélvica como ferramenta essencial na promoção da saúde sexual e funcional da mulher, contribuindo significativamente para a melhoria da qualidade de vida, da autopercepção corporal e do bem-estar físico e emocional.

As evidências científicas indicam que intervenções como os exercícios de Kegel, a cinesioterapia, o biofeedback, e eletroestimulação, a ginástica hipopressiva, as terapias manuais, os dilatadores vaginais e a liberação miofascial configuram abordagens eficazes tanto para a reabilitação quanto para a prevenção das disfunções do assoalho pélvico. Esses recursos terapêuticos contribuem para o fortalecimento muscular, o aprimoramento da propriocepção e o controle consciente da musculatura perineal, elementos essenciais para o desempenho sexual e para a manutenção da continência urinária e fecal. Ademais, práticas integrativas, como o Yoga, especialmente a técnica Mula bandha, aliam o fortalecimento pélvico ao controle respiratório e à meditação, promovendo a integração entre corpo e mente e potencializando os efeitos fisioterapêuticos.

Os estudos analisados indicam uma alta prevalência de disfunções sexuais relacionadas ao enfraquecimento da musculatura do assoalho pélvico, especialmente em mulheres no período gestacional. Entre as condições mais frequentes, destacam-se a incontinência urinária, o prolapso genital, a dispareunia e o desejo sexual hipoativo, os quais impactam negativamente a saúde física e emocional. A fisioterapia pélvica, ao promover o fortalecimento e o reequilíbrio muscular, mostrou-se eficaz na prevenção e no manejo dessas disfunções, restaurando a função e a confiança corporal.

Por fim, este trabalho promoveu a discussão científica acerca da importância da fisioterapia pélvica como área estratégica na saúde da mulher. Constatou-se que o tratamento baseado na consciência muscular vai além da reabilitação física, atuando também na reconexão da mulher com o próprio corpo, na autoconfiança e na qualidade das relações afetivas e sexuais.

Conclui-se, portanto, que a consciência muscular e o fortalecimento do assoalho pélvico constituem pilares fundamentais na prevenção e no tratamento das disfunções sexuais femininas. A fisioterapia pélvica deve ser entendida como um cuidado completo para a saúde da mulher que vai além da reabilitação física. Ela contribui para recuperar as funções do corpo, aumentar a percepção e o conhecimento sobre a própria musculatura e promover o bem-estar físico e emocional. Nesse sentido, investir em tratamentos que valorizem a educação corporal, o atendimento individualizado e o desenvolvimento da consciência pélvica é o caminho para fortalecer a autonomia, a autoestima e a saúde integral da mulher.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, Gabriel dos Santos et al. A influência da fisioterapia na prevenção e tratamento das principais disfunções pélvicas em mulheres. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n.10, p. 240-256, 2024.

RIETJENS, Simone Leite et al. Importância da propriocepção e consciência muscular no tratamento de disfunções pélvicas. *Revista Femina*, Curitiba, v. 44, n 3, p.198-200, 2016.

COSTA, Adriana Gomes et al. Eficácia do treinamento dos músculos do assoalho pélvico no tratamento das disfunções sexuais femininas: revisão narrativa. *Revista Enfermagem Atual IN DERME*, v.97, n.2 – art.1422, 2023.

CALVOPÍÑA, Esthefania Alexandra et al. Pelvic floor strengthening exercise program for women with sexual dysfunction. *Revista Anatomía Digital*, v.8, n.1.1, 2025.

NARVÁEZ. El suelo pélvico desde un abordaje integral para la salud sexual. *Revista De La Sociedad Argentina De Sexualidad Humana*, v.5, n.1, 2024.

Burti. O papel da fisioterapia na saúde pélvica. Pontifício Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), pesqui 30, 2023.

Hay-Smith, Daniela Aldabe et al. Comparisons of approaches to pelvic floor muscle training for urinary incontinence in women. Cochrane Library, 2024.

HAGEN, Andrew Elders et al. Effectiveness of pelvic floor muscle training with and without electromyographic biofeedback for urinary incontinence in women: multicentre randomised controlled trial. Thebmj, 2020.

STEIN, Fernanda Vicenzi. Entendimento da fisioterapia pélvica como opção de tratamento para as funções do assoalho pélvico por profissionais de saúde da rede pública. Rev Ciênc Med. 2018;27(2):65-72.

SILVA, Rildo; PEREIRA, Bruna; CORREIA, Karla. A importância do fortalecimento da musculatura pélvica na saúde da mulher. Research, Society and Development, v. 10, n.2, e56710212894, 2021.

SOUSA, Vilmaci Santos, Rogério Carvalho. Disfunções sexuais femininas: recursos fisioterapêuticos na anorgasmia feminina pela fraqueza do assoalho pélvico. Revista Multidebates, v.4, n.2 Palmas-TO, 2020.

RODRIGUES, Lia J.F Barbosa. Effect of intravaginal vibratory versus electric stimulation on the pelvic floor muscles: A randomized clinical trial. European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology:X v.3, 2019.

MYERS, Melissa Theurich. Predictors of female sexual dysfunction: a systematic review and qualitative analysis though gender inequality paradigms. BMC Women´s Health, 2018.

ARAÚJO, Isabelle M.M; MONTEIRO, Thainara J.L; SIQUEIRA, Mayara L.F. Terapêuticas não farmacológicas para disfunções sexuais dolorosas em mulheres: revisão integrativas. BrJP, 2021.

SARTORI, Erica Zambrano et al. Atuação da fisioterapia nas disfunções sexuais. Biblioteca virtual em saúde, 2018.