ENDOMETRIOSE E FISIOTERAPIA

Carolina Sampaio nº118273, Filipa Teresa nº118255, Joana Martins nº118258,
Leonor Saize nº118253, Maria Batista nº118268, Maria Inês Luís nº 118251

INTRODUÇÃO

A endometriose é uma doença crónica, sistémica e inflamatória, caracterizada pela crescimento de tecido semelhante ao do endométrio fora do útero, que afeta entre 2 a 10% das mulheres em todo o mundo, sendo que cerca de 70% são casos sintomáticos (1,2). A dor associada à endometriose pode apresentar características nociplásticas, associadas a maior intensidade e impacto na funcionalidade (4). Esta condição compromete significativamente a qualidade de vida, devido à fisiopatologia da dor, na gestão de sintomas e funcionalidade.

OBJETIVO

Analisar o contributo da fisioterapia na gestão de sintomas, na funcionalidade e na qualidade de vida em mulheres com diagnóstico de endometriose.

MÉTODOS

Tipo de estudo
Revisão da literatura

Base de dados
PubMed

Critérios de inclusão

- ☑ Publicações dos últimos 6 anos
- ☑ Revisões sistemáticas
- ☑ Com e sem meta-análise
- ☑ Guidelines clínicas
- ☑ Estudos observacionais

Temas pesquisados

- Endometriose
- Mecanismos da dor
- Funcionalidade
- Qualidade de vida
- Intervenções fisioterapêuticas

DISCUSSÃO

A evidência atual sugere benefícios da fisioterapia na dor, funcionalidade e qualidade de vida em mulheres com endometriose (1,5). No entanto, a heterogeneidade das intervenções e as limitações metodológicas dificultam a identificação das técnicas mais eficazes. Assim, justifica-se uma abordagem individualizada e multidisciplinar, sendo necessários estudos com protocolos bem definidos e acompanhamento a longo prazo.

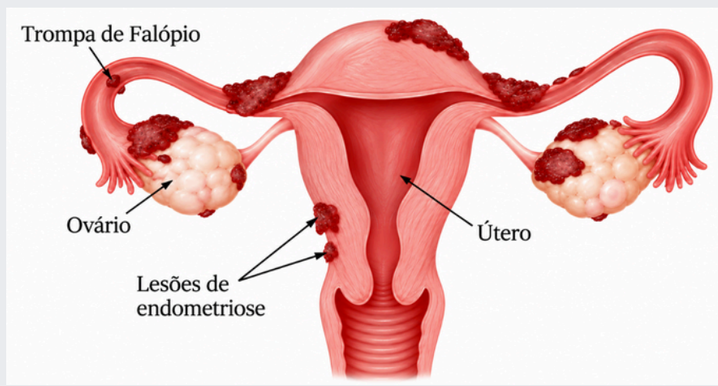
CONCLUSÃO

A fisioterapia constitui uma estratégia terapêutica promissora para mulheres com endometriose, apresentando efeitos positivos na gestão de sintomas, funcionalidade e qualidade de vida. A individualização do tratamento e a integração numa abordagem multidisciplinar parecem fundamentais para otimizar os resultados clínicos.

MENSAGEM-CHAVE

- **A fisioterapia pode reduzir a intensidade da dor**
- **Contribui para uma melhor funcionalidade**
- **Promove uma melhor qualidade de vida**
- **É importante uma abordagem individualizada e multidisciplinar**

ENDOMETRIOSE



Presença de tecido semelhante ao endométrio fora da cavidade uterina, podendo localiza-se nos ovários, trompas, peritoneu, etc..

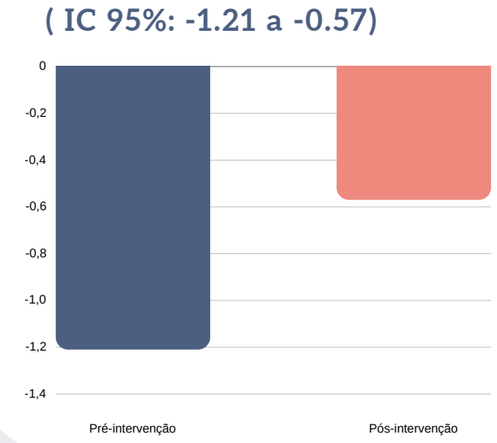
PRINCIPAIS SINTOMAS



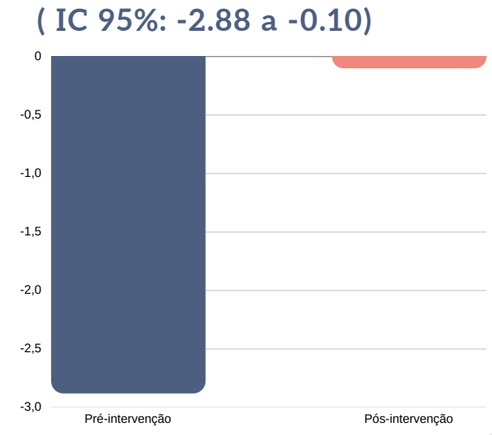
RESULTADOS

META-ANÁLISE 1 (5)

Intensidade da dor
DMP= -0.89
(IC 95%: -1.21 a -0.57)



Função física
DMP= -1.49
(IC 95%: -2.88 a -0.10)



META-ANÁLISE 2 (1)

Variável	DMP(IC 95%)
Dor pélvica	0.98
Dispareunia	3.10
Qualidade de vida	1.52

Intervenções que incluíram terapia manual, eletroterapia, exercício terapêutico, relaxamento e educação apresentaram benefícios relevantes na dor pélvica, dispareunia e qualidade de vida (1).

INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS



REFERÊNCIAS

1. Mena-González A, Leirós-Rodríguez R, Hernandez-Lucas P. Effectiveness of physical therapy techniques and methods in the management of endometriosis symptoms: A systematic review with meta-analysis. Braz J Phys Ther. 2026 Jul 1;30(4). doi:10.1016/j.bjpt.2026.101620 PubMed PMID: 42308873.
2. Becker CM, Bokor A, Heikinheimo O, Horne A, Jansen F, Kiesel L, et al. ESHRE guideline: endometriosis. Hum Reprod Open. 2022;2022(2). doi:10.1093/HROPEN/HOAC009 PubMed PMID: 35350465.
3. Maulenkul T, Kuandyk A, Makhadiyeva D, Dautova A, Terzic M, Oshibayeva A, et al. Understanding the impact of endometriosis on women's life: an integrative review of systematic reviews. BMC Womens Health. 2024 Dec 1;24(1). doi:10.1186/S12905-024-03369-5 PubMed PMID: 39300399.
4. Till SR, Schrepf A, Clauw DJ, Harte SE, Williams DA, As-Sanie S. Association Between Nociplastic Pain and Pain Severity and Impact in Women With Chronic Pelvic Pain. Journal of Pain. 2023 Aug 1;24(8):1406–14. doi:10.1016/j.jpain.2023.03.004 PubMed PMID: 36958459.
5. Abril-Coello R, Correyero-León M, Ceballos-Laita L, Jiménez-Barrio S. Benefits of physical therapy in improving quality of life and pain associated with endometriosis: A systematic review and meta-analysis. Int J Gynaecol Obstet. 2023 Jul 1;162(1):233–43. doi:10.1002/IJGO.14645 PubMed PMID: 36571475.