



BACHARELADO EM FISIOTERAPIA

**A IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA DOR CRÔNICA
PÉLVICA EM PACIENTES PORTADORAS DE ENDOMETRIOSE**

ANNA JÚLIA DOS SANTOS NAVARRO

BRENDA SANTOS SOARES

KARINE MANUELLE COSTA ASSIS

LAURA SOUZA DE OLIVEIRA SENA

MIRELA RAIANE DIAS MACEDO

ORIENTADORA: MARIA CLARA PAVIE

Salvador-BA

2024

A IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO FISIOTERAPÊUTICO NA DOR CRÔNICA PÉLVICA EM PACIENTES PORTADORAS DE ENDOMETRIOSE

Anna Júlia dos Santos Navarro¹

Brenda Santos Soares²

Karine Manuelle Costa Assis³

Laura Souza de Oliveira Sena⁴

Mirela Raiane Dias Macedo⁵

Orientadora: Maria Clara Pavie⁶

RESUMO

Introdução: Através da inserção de artigos científicos foi possível compreender que a endometriose não possui causa definida nem a cura; mas, através da atuação fisioterapêutica as mulheres acometidas pela dor pélvica crônica podem adquirir a qualidade de vida e retomar suas atividades diárias, já que a dor as impede de continuar a realização de tarefas relacionadas ao lar ou laborais. **Objetivo:** Apresente pesquisa tem o objetivo de destacar a importância do tratamento fisioterapêutico na dor crônica pélvica em pacientes portadoras de endometriose. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de cunho descritivo e abordagem qualitativa, cujas fontes de pesquisa estabelecidas foram a Pubmed e a Scielo, em um marco temporal de 2019 a 2024, com o intuito de trazer questões mais atualizadas a respeito da temática abordada. **Resultados:** Foram evidenciados que os materiais selecionados tiveram como assunto abordado: a dor pélvica crônica, o tratamento fisioterapêutico e a endometriose; o que levou a pesquisa ao enriquecimento da aprendizagem sobre a temática abordada quanto às condutas fisioterapêuticas que podem ser estabelecidas na Fisioterapia para o trato da dor pélvica crônica ocasionada pela endometriose. **Considerações finais:** A fisioterapia tornou-se uma aliada fundamental para o tratamento da dor pélvica crônica ocasionada pela endometriose porque passou a elevar as chances de as mulheres adquirirem prognósticos cada vez mais positivos com a redução da dor e a melhora da qualidade de vida.

Palavras-chave: endometriose. mulheres. controle da dor. dor crônica. dor pélvica. distúrbios do assoalho pélvico.

¹ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, da UNIFACS, Salvador

² Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, da UNIFACS, Salvador

³ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, da UNIFACS, Salvador

⁴ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, da UNIFACS, Salvador

⁵ Graduanda do Curso de Bacharelado em Fisioterapia, da UNIFACS, Salvador

⁶ Orientadora do Trabalho de Conclusão de Curso - TCC, do Curso de Bacharelado em Fisioterapia da UNIFACS, Salvador

ABSTRACT

Introduction: Through the insertion of scientific articles, it was possible to understand that endometriosis has no defined cause or cure; however, through physiotherapeutic

action, women affected by chronic pelvic pain can acquire quality of life and resume their daily activities, since the pain prevents them from continuing to carry out tasks related to the home or work. **Aim:** This study aims to highlight the importance of physiotherapy treatment for chronic pelvic pain in patients with endometriosis. **Methodology:** This is a descriptive bibliographic review with a qualitative approach, whose established research sources were Pubmed and Scielo, in a time frame from 2019 to 2024, in order to bring more up-to-date issues regarding the topic addressed. **Results:** The selected materials addressed the following subjects: chronic pelvic pain, physiotherapeutic treatment and endometriosis, which led the research to enrich learning on the subject of physiotherapeutic approaches that can be established in physiotherapy to treat chronic pelvic pain caused by endometriosis. **Conclusion:** Physiotherapy has become a fundamental ally in the treatment of chronic pelvic pain caused by endometriosis because it has increased women's chances of achieving increasingly positive prognoses by reducing pain and improving quality of life.

Keywords: endometriosis. women. pain control. chronic pain. pelvic pain. pelvic floor disorders.

1 INTRODUÇÃO

A endometriose pode desencadear uma variedade de sintomas que deixam as pessoas debilitadas, como a dor pélvica crônica, a dismenorrea, dispareunia profunda, dor na bexiga e dor retal durante as necessidades fisiológicas ao urinar ou evacuar, se estende nos momentos da relação sexual, que pode gerar a infertilidade e afetar a saúde sexual e reprodutiva; o que torna o tratamento fisioterapêutico crucial para a acometida (Feitosa; Gonçalves; Sousa, 2024).

A patogenia da endometriose engloba o desenvolvimento de um tecido parecido com o endométrio na área externa do útero que passa a desencadear na mulher uma inflamação aliada a uma dor pélvica crônica. É importante compreender que a causa da sua ocorrência ainda é desconhecida; mas, segundo Oliveira *et al.* (2024), os fatores relacionados a genética, aos hormônios e aos sistemas imunológicos tendem a contribuir significativamente para o surgimento da endometriose na mulher. A dor pélvica crônica (DPC) é identificada pela mulher por uma dor localizada na região abdominal, embaixo do ventre durante um período de 6 meses, com classificação intensa e que a impede de realizar as suas atividades

comuns; o que a leva ao diagnóstico da endometriose, como destacam Conceição *et al.* (2019).

Em mulheres com dor pélvica, o diagnóstico de endometriose é estimado entre 40 a 70%; o que se faz necessário o conhecimento prévio do profissional de fisioterapia para que possa avaliar e escolher o melhor tipo de tratamento, já que 10% dessas mulheres em idade reprodutiva podem ser afetadas e com uma prevalência ainda superior as que sofrem de dor pélvica crônica e infertilidade (Varela; Veneziano, 2022).

Dessa forma, o tratamento fisioterapêutico se torna fundamental para o alívio da dor pélvica crônica devido a endometriose não ter cura; o que leva o fisioterapeuta a adquirir o conhecimento necessário para elaborar uma sequência de atividades terapêuticas de acordo as necessidades de cada mulher com o diagnóstico em questão (Felipe, 2024).

Vale ressaltar, que a endometriose pode interferir na postura, respiração e mobilidade pélvica; o que leva à fisioterapia ser essencial na quebra desse ciclo de sintomas de dor e tensão por garantir um melhor controle estrutural no pavimento pélvico da acometida e permitir o seu relaxamento postural (Souza, 2022).

Diante do exposto acima, tem-se que a fisioterapia pélvica se constitui de uma abordagem terapêutica fundamental para o tratamento da endometriose e da dor pélvica crônica porque tende a aliviar os sintomas e melhorar a qualidade de vida das pessoas acometidas; o que justifica-se a temática deste artigo para que possa contribuir ao profissional de fisioterapia adquirir conhecimentos a respeito da dor pélvica crônica e a endometriose para assim, escolher com precisão o melhor tratamento para a paciente acometida pelos sintomas supracitados.

Em vista disso, chegou-se ao seguinte questionamento: qual a importância do tratamento fisioterapêutico na dor crônica pélvica em pacientes portadoras de endometriose? E, a partir desse questionamento, para a produção textual estabeleceu-se como objetivo geral: destacar a importância do tratamento fisioterapêutico na dor crônica pélvica em pacientes portadoras de endometriose e como objetivos específicos: conceituar a dor pélvica crônica; identificar as modalidades fisioterapêuticas para o tratamento da dor pélvica crônica em pacientes com endometriose; informar os fatores que podem desencadear a dor pélvica crônica nas mulheres com endometriose.

2 METODOLOGIA

2.1 TIPO DE ESTUDO

Trata-se de uma revisão sistemática de literatura de caráter exploratório e descritivo, sobre a importância do tratamento fisioterapêutico na dor crônica pélvica em pacientes portadoras de endometriose.

2.2 CRITÉRIO DE BUSCA

A busca foi realizada nas bases de dados do PubMed e SciELO, a partir de descritores como: “endometriosis “women”, “pain management”, “chronic pain”, “pelvic pain”, “pelvic floor disorders”, em busca de subsídios para desenvolvimento do tema proposto. A estratégia abordada foi a busca de artigos científicos, ensaios clínicos randomizados e ensaios clínicos que abordassem a atuação fisioterapêutica na dor pélvica crônica associada a endometriose.

2.3 CRITÉRIO DE ELEGIBILIDADE

Como critério de elegibilidade foram aceitos ensaios clínicos randomizados e ensaios clínicos, publicados entre os anos de 2019 a 2024, que estivessem inclusas pacientes com diagnóstico clínico de endometriose, idades entre 18 e 50 anos e com queixa de dor pélvica crônica há mais de 6 meses.

Foram excluídos do estudo artigos bloqueados, artigos que não satisfazem metodologicamente o estudo; não tratavam especificamente da dor pélvica crônica ou endometriose; que não foram publicados nos últimos dez anos.

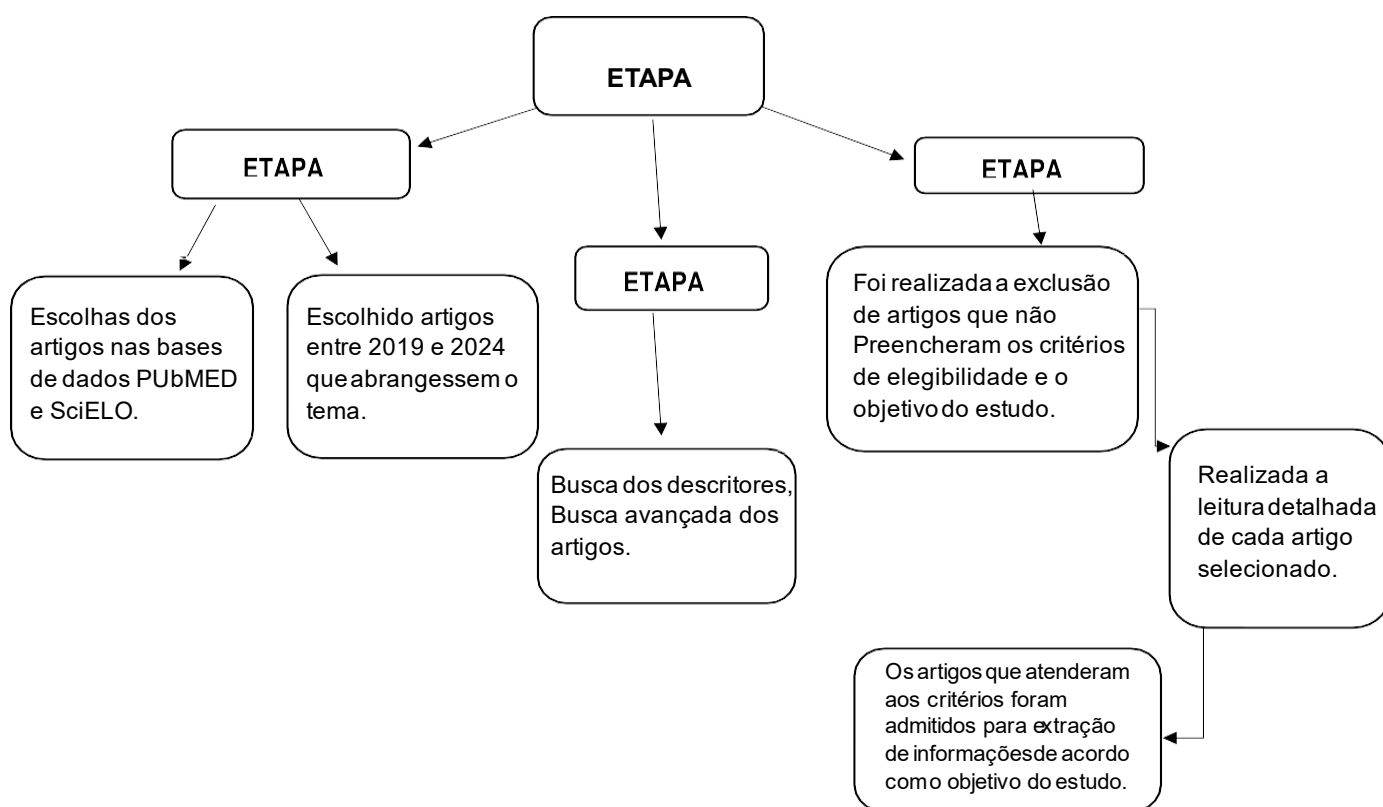
2.4 INTERESSE DO ESTUDO

O interesse desta revisão de literatura é trazer a informação sobre a eficácia da fisioterapia pélvica no manejo da dor pélvica crônica em pacientes portadoras de endometriose, melhorando a intensidade da dor (mensurada pela escala como EVA – Escala Visual Analógica), resgatar as funções dos músculos do assoalho pélvico e a qualidade de vida nas portadoras de endometriose.

2.5 SELEÇÃO DE ESTUDOS

A seleção de estudos foi realizada em três etapas, a primeira etapa foi feita uma busca de artigos de forma abrangente sobre o tema escolhido, foram identificados os critérios de inclusão e exclusão. A segunda etapa foi realizada a busca dos descritores e a busca avançadas dos artigos; na terceira etapa foi realizada a leitura e escolha criteriosa dos artigos selecionados, determinando os critérios de elegibilidade e o objetivo do presente estudo, conforme mostra a Figura 1.

Figura 1 – Fluxograma do processo de busca, inclusão, exclusão e seleção dos artigos nas bases de dados.



Elaborado pelas autoras.

2.6 QUALIFICAÇÃO DOS ESTUDOS

A qualidade dos estudos escolhidos foi avaliada utilizando a escala de PEDro, que examina a validade interna e a possibilidade de atributos ao estudo. A escala vai

de 0 a 10, sendo que pontuações superiores a 6 são consideradas de boa qualidade metodológica.

3 RESULTADOS

Para a realização da produção textual deste estudo, foram encontrados 290 artigos, dos quais foram selecionados 13 para discorrerem nos resultados, como seguimento dos critérios de inclusão definidos neste artigo. Dessa forma, os selecionados tiveram como assunto abordado: a dor pélvica crônica, o tratamento fisioterapêutico e a endometriose; o que levou a pesquisa ao enriquecimento da aprendizagem sobre a temática abordada quanto às condutas fisioterapêuticas que podem ser estabelecidas na Fisioterapia para o trato da dor pélvica crônica ocasionada pela endometriose, como se encontram dispostos no Quadro 1:

Quadro 1- Dor pélvica crônica e o tratamento fisioterapêutico: Algumas abordagens.

Autor/Ano	Objetivo	Resultados e discussões
DE SOUZA (2024)	Evidenciar os benefícios da fisioterapia nos impactos negativos da endometriose na saúde da mulher.	A escala new PERFECT apresentou melhora em P (Power-Força), E (Endurance-Sustentação), R (Repetition- Repetição), F (Fast- Contração Rápida) e E (Elevation-Elevação), manteve a C (Co-contração) presente e T (Timing-Contração Involuntária). Demonstrou melhora em 8 pontos dolorosos e 9 em dores associadas a endometriose. No estudo trouxemos embasamentos das técnicas utilizadas no protocolo.
FEITOSA; GONÇALVES; SOUSA (2024)	Apresentar aos leitores que a fisioterapia pélvica possui métodos eficazes contra os sinais e sintomas causados pela endometriose, doença crônica e gera má qualidade de vida às portadoras.	Por meio de estudos e seleção de artigos científicos foi possível observar que a endometriose não possui causa definida, apenas teorias fundamentadas pela sintomatologia. Visto isso, é necessário a atualização de recursos fisioterapêuticos constantemente, sejam eles manuais ou psicoterapêuticos. Conclui-se que a fisioterapia se tornou um aliado indispensável para o tratamento multidisciplinar dessa patologia, a fim de aumentar as chances de

		obter prognósticos com caráter cada vez mais satisfatórios, mudando o cenário de dores crônicas trazidas pelas pacientes portadoras da doença em questão, reduzindo os quadros álgicos, gerando assim qualidade de vida.
FELIPE (2024)	Realizar uma revisão bibliográfica sobre a dor pélvica crônica a partir da busca de livros e artigos científicos em base de dados como Pubmed, Lilacs e Medline, nos anos de 1990 a 2020.	A partir da revisão de literatura identificou-se que a dor pélvica crônica tornou-se um grave problema de saúde pública, com altos níveis de prevalência dessa síndrome em mulheres com idade entre 14 a 60 anos, estando a queixa presente em grande parte das consultas de ginecologia. Outro dado importante é que existe consenso que a fisioterapia pode auxiliar no tratamento desta afecção, corroborando no alívio das dores, na correção da postura e na redução dos espasmos musculares, além de realizar orientações para a retomada das atividades de vida diária (AVD's) destas pacientes.
OLIVEIRA <i>et al.</i> (2024)	Reunir informações mediante análise de estudos recentes, acerca dos aspectos inerentes à endometriose, sobretudo a fisiopatologia, epidemiologia, investigação diagnóstica, abordagem clínica e cirúrgica.	Em casos mais graves, a cirurgia pode ser necessária para remover as lesões endometrióticas e restaurar a anatomia pélvica normal, especialmente em mulheres com dor incapacitante ou infertilidade associada. Por fim, a endometriose é uma condição complexa que requer uma abordagem multifacetada para o diagnóstico e tratamento. Com uma compreensão adequada da fisiopatologia, epidemiologia e opções terapêuticas disponíveis, é possível melhorar a qualidade de vida das mulheres afetadas por essa condição debilitante.
SAMPAIO <i>et al.</i> (2024)	Reunir um conjunto de estudos diante do diagnóstico e das variadas possibilidades de tratamento disponíveis atualmente, discutindo as principais intervenções no manejo da Endometriose.	O manejo terapêutico é feito por meio de interações medicamentosas e, em alguns casos, cirurgias para o alívio dos sintomas. Destarte que, aspectos atuais do diagnóstico e tratamento da endometriose para amenizar os problemas na saúde pública, tais pacientes necessitam de profissionais especializados, ajuda de multiprofissionais e serviços de atendimento adequado.
VIDAL; BARBOSA; FREITAS; DIAS (2024)	Mostrar aos leitores que a fisioterapia pélvica oferece métodos eficazes para combater os sinais e sintomas causados pela endometriose, uma doença crônica que compromete a qualidade de vida das pacientes.	Por meio da análise de estudos e seleção de artigos científicos, observou-se que a endometriose não possui uma causa específica, apenas teorias baseadas na sintomatologia. Diante disso, é fundamental que os recursos fisioterapêuticos, sejam manuais ou de eletroterapia, sejam constantemente atualizados.

<p>GOMES; LOPES; SANTOS (2023)</p>	<p>Estabelecer a importância da fisioterapia no tratamento das sintomatologias em pacientes com endometriose, auxiliando na melhora da qualidade de vida destas pacientes.</p>	<p>A literatura aponta que existem diversas técnicas e manejos para tratamentos das sintomatologias da endometriose com estudos comprovados; no presente estudo, técnicas e métodos foram analisados e discutidos entre si, para melhor entendimento do tratamento fisioterapêutico em pacientes com endometriose.</p>
<p>SOUSA; RAIMUNDO (2023)</p>	<p>Mostrar a importância do papel da fisioterapia pélvica para o tratamento das mulheres com endometriose.</p>	<p>Analisando os artigos escolhidos, pode-se perceber vários tratamentos que podem ser utilizados dentro da fisioterapia com o intuito de promover uma qualidade de vida às mulheres com endometriose. Os artigos selecionados apresentam os demais recursos como eletroterapia, laser, terapia manual, cinesioterapia e crioterapia, como parte do tratamento fisioterapêutico. Foram encontrados 27 artigos, onde 9 compõem o estudo.</p>
<p>SOUZA (2022)</p>	<p>Descrever o conhecimento científico produzido sobre a atuação fisioterapêutica na endometriose.</p>	<p>Em suma, as abordagens discutidas demonstraram que são importantes para o tratamento de mulheres com diagnóstico de endometriose, posto que contribuíram para a diminuição e o controle da dor pélvica crônica, em especial, a eletroterapia e a terapia manual, que ascendem de maneira positiva a qualidade de vida destas.</p>
<p>VARELA; VENEZIANO (2022)</p>	<p>Demonstrar a importância da fisioterapia no tratamento do paciente com endometriose.</p>	<p>Os artigos encontrados e utilizados nesse estudo apontam o destaque do fisioterapeuta no tratamento da mulher com endometriose, uma prática individualizada que está sendo desenvolvida e aprimorada conforme as necessidades de cada indivíduo. fisioterapia é desenvolvida conforme as necessidades de cada indivíduo, visando oferecer uma melhor qualidade de vida. Mediante o estudo, percebe-se a importância do atendimento do fisioterapeuta nessa área de atuação, buscando ofertar uma assistência individualizada, diminuindo os danos e prevenindo complicações, contribuindo para um estado de promoção, manutenção e reabilitação da saúde.</p>
<p>MARCON; SANTOS (2021)</p>	<p>Identificar os mecanismos fisiopatológicos e propor recursos terapêuticos em seu tratamento.</p>	<p>Vários estudos apontam efeitos satisfatórios na intervenção da fisioterapia pélvica para o manejo da endometriose, o que promove a melhora do quadro de dor crônica local. Entretanto, após a avaliação diagnóstica, será estabelecido se a ocorrência tem ligação com as patologias citadas acima, assim como a hereditariedade. A avaliação é realizada através do exame físico e funcional do assoalho pélvico, o qual propiciará a escolha dos recursos tais como biofeedback, eletroterapia, massoterapia e cinesioterapia, o que possibilitará um tratamento eficaz em relação ao distúrbio, promovendo uma melhora no quadro.</p>

SOARES (2020)	Apresentar pesquisas recentes sobre assistência fisioterapêutica em mulheres com diagnóstico e sintomas ativos de endometriose.	Dentre os resultados de destaque, há evidências de melhora da dor pélvica associada à endometriose a partir de intervenções fisioterapêuticas. Sendo terapias de baixo custo, não invasivas, além de contarem com segurança e efetividades sinalizadas a partir de ensaios clínicos, essas terapias podem fazer parte do leque de opções de profissionais de fisioterapia para o manejo de sintomas relacionados à endometriose.
CONCEIÇÃO <i>et al.</i> (2019)	Analisar o diagnóstico e o tratamento da endometriose através de uma revisão de literatura.	A literatura aponta que existem diversas teorias que tentam explicar as causas da endometriose, entretanto, a sua etiopatogenia ainda não está estabelecida. Em relação ao quadro clínico, os sintomas são muito variados, sendo que entre 3 a 22% dos casos, as pacientes são assintomáticas, favorecendo o diagnóstico tardio da endometriose. Em relação ao tratamento, os mais utilizados são os medicamentosos, os cirúrgicos ou a combinação de ambos.

Organizado pelas autoras.

Para a construção da fundamentação teórica foram encontrados 290 materiais sendo que apenas 13 participaram do quadro de resultados e 6 foram citados apenas na discussão por se mostrarem complementares aos estudos voltados para a evidência da dor pélvica crônica se tornar uma condição negativa para a vida cotidiana da mulher portadora da enfermidade e também, aos estudos pautados no trato dessa dor com base nos exercícios fisioterapêuticos, medicamentosos e físicos.

Então, no total, foram encontrados 290 materiais, sendo que desses encontrados, foram excluídos 110 por se mostrarem repetitivos, 90 por conterem só resumos e que não condiziam com a temática do artigo, 60 por estarem fora do marco temporal estabelecido nos critérios de inclusão e 11 excluídos pela titularidade. Ficando apenas 19 incluídos por se apresentarem dentro dos critérios de inclusão estabelecidos neste estudo.

Logo, dos 13 artigos selecionados para comporem o quadro 1 acima, 2 se mostraram pertinentes por evidenciarem que a descoberta tardia da endometriose pode levar a mulher a tratamentos medicamentosos ou cirúrgicos e 1 artigo mostrou que o fisioterapeuta ao ter o conhecimento prévio sobre a doença em questão e os sintomas que estão associadas a ela, pode aplicar a Escala new PERFECT para ter o devido acompanhamento da evolução da dor crônica, 2 evidenciaram o tratamento

medicamentoso como uma alternativa sem a eficácia esperada por desencadear efeitos colaterais à mulher portadora da endometriose e 1 destacou os exercícios fisioterapêuticos como eficazes para o trato da dor crônica e não a sua cura.

Portanto, todos os incluídos apresentaram a importância e a eficácia do tratamento fisioterapêutico para a manutenção da qualidade de vida da mulher acometida pela endometriose.

4 DISCUSSÃO

A importância da fisioterapia no tratamento da dor crônica pélvica em pacientes com endometriose está em proporcionar a mulher o alívio da dor, a melhora da função muscular da região pélvica e da qualidade de vida a paciente portadora da endometriose (Vidal *et al.*, 2024).

As dores na região pélvica se constituem de uma das principais queixas das mulheres que são portadoras da endometriose. E tais manifestações da dor podem se tornar crônicas, caso impeçam a mulher realizar as suas atividades rotineiras, principalmente exercer as suas funções laborais sejam na residência ou em ambientes fora de seus lares; o que remeterá ao fisioterapeuta estabelecer a melhor conduta de exercícios que possam amenizar a dor e fazer com que a portadora de endometriose consiga realizar suas tarefas normalmente, como destacam Varela e Veneziano (2022). Corrobora com a afirmação dos supracitados autores, Souza (2022) ao destacar que a eletroterapia e a terapia manual, são condutas fisioterapêuticas que ascendem positivamente a qualidade de vida das mulheres portadoras da endometriose acompanhada de dor pélvica crônica.

De uma dor incomodativa tolerável a evolução de uma intensidade que não há mais condição de tolerar, é o que se constitui da dor pélvica crônica. E, como Soares (2020) ressalta, a melhora dessa dor associada a endometriose só ocorre com as intervenções vinculadas a fisioterapia; o que remete ao profissional da área o conhecimento necessário para efetivar o manejo adequado da dor inerente à endometriose.

É importante ressaltar, que para a eficácia do tratamento fisioterápico, é necessário que o profissional de fisioterapia tenha o conhecimento prévio da dor pélvica crônica associada a endometriose para que possa escolher a melhor conduta,

em prol da melhora da qualidade de vida da paciente portadora da doença, como ressaltam Marcelo e Lopes (2024).

Esse conhecimento parte do que De Souza (2024) traz como exemplo para conhecimento da intensidade da dor, a utilização da escala new PERFECT para que fisioterapeuta tenha condições de analisar a evolução da dor pélvica crônica associada a endometriose de forma positiva ou negativa; pois, a partir da escala ele saberá se apresentou melhora, se manteve a contração presente ou a Involuntária.

Complementa a informação acima, Figueredo (2022) ao intensificar que as escalas da dor e os questionários relacionados a qualidade de vida, são os instrumentos principais nas avaliações fisioterapêuticas por auxiliar de forma mais eficaz na classificação da dor pélvica da paciente com endometriose, para então, planejar o tratamento mais adequado para esta paciente específica.

A importância do tratamento fisioterapêutico na dor crônica pélvica em pacientes portadoras de endometriose está no fato de que o manejo fisioterapêutico tende a aliviar a dor e melhorar a qualidade de vida da portadora.

Vale ressaltar, que é uma ação que pode ser realizada apenas com o fisioterapeuta, desde que tenha o seguimento de uma orientação médica (Souza, 2022). Pois, segundo Feitosa, Gonçalves e Souza (2024) a fisioterapia tornou-se um aliado essencial no tratamento da dor pélvica crônica, por adquirir prognósticos cada vez mais positivos no âmbito do tratamento da endometriose ao atuar diretamente na redução dos quadros algícos.

Intensificam ainda mais a importância da fisioterapia para a melhoria da dor pélvica crônica gerada pela endometriose, Gomes, Lopes e Santos (2023) ao afirmarem que o fisioterapeuta, pode elaborar uma sequência de exercícios de modo a atender as necessidades da portadora.

Sob o ponto de vista fisiológico, Soares (2020) traz o entendimento de que a fisioterapia tem sua ação complementar para mulheres portadoras da endometriose, por auxiliar o controle da dor pélvica crônica através da utilização de técnicas que intensificam mudanças na musculatura lisa e estriada no corpo feminino, que são: a cinesioterapia, reeducação postural, as bandagens elásticas funcionais, manipulação tecidual, acupuntura, crioterapia e o TENS.

Assim, ao iniciar as sessões fisioterapêuticas com a utilização da eletroterapia ou manuais pode ocorrer a melhora da dor pélvica crônica e a mulher pode perceber

o alívio dessas dores específicas ou outros problemas com a postura antálgica; o que evidencia o benefício do tratamento no âmbito da Fisioterapia, como destacam Sampaio *et al.* (2024).

A fisioterapia pélvica melhora a dor crônica ocasionada pela endometriose porque tende a fortalecer os músculos do assoalho pélvico; elevar a mobilidade prejudicada; melhorar a qualidade no ato sexual na redução da dor que ocorre geralmente nesse ato e a corrigir a postura antálgica, que se configura como a posição em que a mulher se põe encolhida para conter as dores fortes Vidal *et al.* (2024).

A melhora da dor crônica gerada pela endometriose também ocorre com a ação fisioterapêutica por causa dos seus recursos utilizados pelo profissional, que são: massagem e exercícios perineais, biofeedback, eletroestimulação, crioterapia e consciência perineal e corporal (Gomes; Lopes; Santos, 2023).

Vale ressaltar, que mulheres assintomáticas tendem a descobrir a endometriose tardia; o que irá prejudicar o tratamento fisioterápico, como identificam Conceição *et al.* (2019). Os supracitados autores trazem ainda, a informação de que entre 3 a 22% dos casos de endometriose identificados, as mulheres se apresentaram assintomáticas; o que nesses casos o tratamento fisioterapêutico não terá mais resultado. Logo, terão que realizar o tratamento de forma medicamentosa, cirúrgica ou ambas.

Corroboram com a afirmação acima, Sampaio *et al.* (2024) ao evidenciarem que nos casos de mulheres que a dor pélvica crônica não melhora com o tratamento fisioterapêutico, por causa da descoberta tardia, só resta o manejo fisioterapêutico através das interações medicamentosas ou de procedimentos cirúrgicos para aliviar os sintomas.

Porém, discordam da terapia medicamentosa Brichant *et al.* (2021) ao destacarem que os seus efeitos colaterais se constituem em perda de massa óssea e de sintomas vinculados ao sistema vasomotor; o que evidencia a terapêutica abordada na fisioterapia como a melhor para a redução da dor sem alterar o sistema no organismo da portadora de endometriose.

Segundo Oliveira *et al.* (2024) em situações mais graves da endometriose, a recomendação para a restauração pélvica é o procedimento cirúrgico; o que evidencia que a mulher precisa estar constantemente em busca de atendimento médico para

que a dor pélvica crônica relacionada a endometriose seja tratada no âmbito fisioterapêutico precocemente para o alívio constante da dor.

Já Soares (2020) finaliza o estudo afirmando que os exercícios fisioterapêuticos fortalecem a musculatura do assoalho pélvico e colabora para a melhora da dor pélvica crônica associada a endometriose através dessas intervenções; o que assegura ao profissional da área de fisioterapia o alcance dos resultados esperados em prol do retorno da qualidade de vida à portadora da endometriose.

Corroboram com a afirmação acima, Sousa e Raimundo (2023) ao destacarem os recursos terapêuticos inerentes a fisioterapia e que trazem um impacto considerável para a qualidade de vida da mulher portadora da endometriose com dor pélvica crônica, que são: eletroterapia, laserterapia, crioterapia e cinesioterapia, por agirem diretamente na redução da dor e na melhora da qualidade de vida desta mulher específica.

Morais *et al.* (2021) também trazem como destaque a interferência negativa da dor pélvica crônica para a vida da mulher, e evidenciam a importância da orientação do fisioterapeuta no manejo fisioterapêutico para o tratamento da dor e levar a portadora da endometriose o retorno à sua vida diária normal; daí a importância dessa pesquisa para o âmbito profissional do fisioterapeuta e para as mulheres acometidas pela endometriose que possuem como consequência, a dor pélvica crônica.

Como uma forma de complementar o entendimento de Morais *et al.* (2021), a Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (EBSERH) traz um relato de que a origem da dor pélvica crônica parte das aderências musculares inerentes a endometriose e atinge diretamente a movimentação das fáscias, que se constitui de uma camada fina de pele que encobre o músculo, facilitando o deslize de um contra o outro.

Dessa forma, quanto menos movimentadas as estruturas musculares forem, mais dor pélvica e sensação de inchaço as mulheres portadoras da endometriose irão sentir; o que remete a fisioterapia auxiliar a movimentação das estruturas quase imóveis através de exercícios relacionados a movimentação do corpo, cinesioterapia ou TENS para aliviar a sintomatologia apresentada (EBSERH, 2022)

A redução da dor pélvica crônica através da conduta fisioterapêutica pode ser explicada também porque, segundo Moreira *et al.* (2022) possui exercícios como, o método de pilates que promovem o aumento da circulação sanguínea, corrigem os

desequilíbrios musculares e posturais e ainda, recuperam da vitalidade tanto do corpo quanto da mente da portadora dessa dor em questão.

Chamam a atenção Brito *et al.* (2024) para o fato da fisioterapia não trazer a cura da endometriose, mas reduzir a condição da dor e os sintomas relacionados a endometriose. O uso de aparelhos associados a exercícios planejados pelo seu fisioterapeuta, possibilitam o fortalecimento da musculatura, auxilia na correção da postura antálgica (provocada devido às fortes crises e dores da condição), reduz a tensão muscular, recupera o atributo cinético-funcional de todos os músculos da região e estimula o movimento dos músculos e fluídos.

Portanto, diante dos estudos destacados acima, tem-se que a fisioterapia é um recurso com baixo custo e que traz segurança às mulheres diagnosticadas com endometriose e em tratamento fisioterapêutico, por se valer de métodos não invasivos para efetivar o controle da dor pélvica crônica e contribuir positivamente para normalizar a disfunção do pavimento pélvico através do planejamento de intervenções diversificadas, conforme indicadas acima.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante do exposto acima, foi destacado ao longo do texto que a fisioterapia é importante no tratamento da dor pélvica crônica ocasionada pela endometriose por amenizar as dores, melhorar a função muscular fortalecendo os músculos e proporcionar a portadora uma qualidade de vida. Dessa forma, se faz necessário o público feminino tomar conhecimento da doença para que busque sempre realizar check-ups médicos para que possa descobrir precocemente o diagnóstico da doença.

Contudo, chega-se à compreensão de que o tratamento fisioterapêutico da dor pélvica crônica é um coadjuvante eficaz na redução da dor por fortalecer a musculatura pélvica auxiliar a portadora nos demais sintomas. Portanto, observa-se que os estudos analisados nessa revisão literária fundamentam e comprovam a importância do tratamento da dor pélvica crônica associada a endometriose por meio da atuação fisioterapêutica por diminuir a sintomatologia e principalmente, melhorar a qualidade de vida da portadora.

REFERÊNCIAS

BRICHANT, Geraldine; LARAKI, Ines; HENRY, Laurie; MUNAUT, Carine; NISOLLE, Michelle. Nova terapêutica na endometriose: uma revisão dos tratamentos hormonais, não hormonais e não codificantes de RNA. **Int J Mol Sci**, v.22, n. 19, 10498p, 2021.

BRITO, Rafaela dos Santos; COLDEBELLA, Camila Ruiz; OLIVEIRA, Ana Celina Cavalcante; AMARAL, Luciana de Paiva. Endometriose e exercícios físicos: uma revisão sistemática. **Journal Archives of Health**, [S. l.], v. 5, n. 3, e2128p, 2024.

CONCEIÇÃO, Haylane Nunes da; CONCEIÇÃO, Hayla Nunes da; SANTOS, Francielle Borba dos; SILVA, Ítalo Rafael Costa; SILVA, Leticia de Almeida da; Vitor SILVA, Emanuel Sousa da; MORENO, Francisca Chaves. Endometriose: aspectos diagnósticos e terapêuticos. **Revista eletrônica acervo saúde**, São Paulo, v.24, e472, 2019.

DE SOUZA, Sara Beatriz de Oliveira. **Atuação fisioterapêutica nos impactos da endometriose na saúde da mulher: um relato de caso São Luís: Faculdade Edufor**. Trabalho de Conclusão do Curso de FISIOTERAPIA, da Faculdade Edufor - São Luís, 65 p, 2024.

FEITOSA, Ana Beatriz Gomes; GONÇALVES, Ana Livya Jorge; SOUSA, Bruna Duarte de. **A atuação da fisioterapia pélvica em pacientes portadoras de endometriose**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Pós- Graduação de Fisioterapia Pélvica e Obstétrica da Unileão, 2024, 7f. Disponível em: https://sis.unileao.edu.br/uploads/3/POSGRADUACAO-2024/P_S424.pdf. Acesso em: 28/09/2024.

FELIPE, Andressa Pamplona. **Atuação da fisioterapia na dor pélvica crônica feminina: uma revisão**. Monografia (graduação). Disponível em: <https://www.univ.edu.br/conteudos/fckfiles/files/Andressa%20Felipe%20Pamplona.pdf>, 2020. Acesso em: 24/10/2024.

FIGUEIREDO, A. **Endometriose e fisioterapia: uma análise bibliométrica e narrativa**. Fortaleza. Trabalho de Conclusão de Curso de Graduação em Fisioterapia, Universidade do Ceará; 39 f, 2022. Disponível em: https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/64084/11/2022_tcc_atfigueiredo.pdf Acesso em: 24/10/2024.

GOMES, Lorena Macêdo de Oliveira; LOPES, Susana Santana dos Santos; SANTOS Juliana Menezes; Moreira, Sarah Santos. **Tratamento fisioterapêutico na dor pélvica crônica e dispareunia em pacientes diagnosticadas com endometriose**. Nº 11. Trabalho de Conclusão do Curso de Bacharelado em Fisioterapia. Faculdade AGES. Jacobina, BA, 2023, 16f. Disponível em: <https://repositorio-api.animaeducacao.com.br/server/api/core/bitstreams/2f373917-a3eb-4c6c8d4e-52754f152892/content> Acesso em: 24/10/2024.

MARCELO, Patrícia Maria Silva e Silva; LOPES, Beatriz. **Benefícios da fisioterapia em mulheres com endometriose**. Trabalho apresentado como Conclusão do Curso de Fisioterapia, do Centro Universitário das Faculdades Metropolitanas Unidas FMU, São Paulo, 15p, 2024. Disponível em: Acesso em: 25/10/2024.

MARCON, L. C. S.; SANTOS, M. D. dos. Recursos fisioterapêuticos como tratamento coadjuvante da endometriose. **ANAIS** do 12º Fórum Científico UNIFUNEC: Educação, Ciência e Tecnologia, 29 de setembro a 1º de outubro, Santa Fé do Sul, SP, v.12, n.12, 2021.

MORAIS, Hanna Bezerra de; SOUSA, Lourdes Manoela Lima Lisboa de; SANTOS, Lara Alessandra Miranda; RIBEIRO, Vítor Expedito Alves; CARVALHO, Letícia Martins Barbosa. Impactos negativos da endometriose na qualidade de vida da mulher acometida: Uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Medical Students Journal / [Internet]**: v.5, n.8, 9 de outubro de 2021.

MOREIRA, Mariana Luiza; VITÓRIO, Luize Lucas Miranda Ribeiro; MAZZAROLLO, Ana Vitória Scherner; SCHIEZARI, Beatriz Angarani; SOUZA, Júlia Rosa de; SANTOS, Carla Rodrigues dos; CARVALHO, Natalha Cristina de; VILAÇA, Rafael Saldanha. Endometriose: fisiopatologia e manejo terapêutico. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v.8, n.11, p. 74540-74558, nov., 2022.

OLIVEIRA, Camila Barbosa de; SOUZA, Danielle Roela de; COSTA, Mariana Camargos da; COTTA, Laura Camargos; OLIVEIRA, Luana Pacheco Benites de. Abordagem da endometriose - uma revisão de literatura. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 7, n. 3, p. e69404, 2024.

SAMPAIO, Bianca Rios; KIM, Michelle Linda Lopes; SILVA, Matheus Sousa Barbosa Gonçalves; RESENDES, Laís Biz Mendes de; SILVA, Jéssica do Nascimento *et al.* Aspectos atuais do diagnóstico e tratamento da endometriose. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, volume 6, Issue 8, 4013- 4029p, 2024.

SOARES, Mariana Vieira. **Modalidades fisioterapêuticas como tratamento coadjuvante na endometriose e sua sintomatologia: uma revisão na literatura**. Monografia (Graduação Fisioterapia) - Centro Universitário de Maringá, Maringá-Pr, 2020, 23f. Disponível em: <https://rdu.unicesumar.edu.br/bitstream/123456789/7424/1/SOARES%2c%20MARIANA%20VIEIRA.pdf> Acesso em: 22/out/2024.

SOUZA, Emilly Victória Dias de; RAIMUNDO, Ronney Jorge de Souza. A fisioterapia como coadjuvante no tratamento da endometriose. **Revista Ft**, Volume 27, Edição 128/20/11/2023.

SOUZA, Ingrid Costa Leite Aquino de. **Atuação fisioterapêutica na endometriose: Revisão integrativa da literatura**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Fisioterapia, da Faculdade de Enfermagem Nova Esperança, João Pessoa, 18p, 2022.

VARELA, Amanda Gabriela Arantes; VENEZIANO, Leonardo Squinello Nogueira. Importância da atuação fisioterapêutica no tratamento da Endometriose. **Revista Saúde dos Vales**, v. 1, n.1, 2022.

VIDAL, Gabriele Barcelos; BARBOSA, Kezia Ferreira; FREITAS, Lorrane Vasco Moura de; DIAS, Ericles. A influência da fisioterapia pélvica na qualidade de vida em pacientes com endometriose. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**. São Paulo, v. 10, n. 10, out/2024.