ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA PÉLVICA NO MANEJO DA ENDOMETRIOSE E SEUS SINTOMAS: UMA REVISÃO DE LITERATURA

Autor(res)

Kelley Coelho
Isabela Peternelli De Lima
Letícia Ferreira Leocadio

Categoria do Trabalho

TCC

Instituição

UNICESUMAR - CENTRO UNIVERSITÁRIO CESUMAR

Introdução

A endometriose é uma patologia crônica de caráter pró-inflamatório, cuja etiologia permanece incerta. É caracterizada pelo crescimento ectópico de tecido semelhante ao endométrio, composto por epitélio colunar simples, em locais extrauterinos. Essa condição acomete, principalmente, mulheres em idade reprodutiva, com prevalência mundial estimada entre 5 e 10%. As manifestações clínicas mais comuns incluem dor pélvica, dispareunia, dismenorreia e infertilidade, comprometendo significativamente a qualidade de vida das pacientes. Embora sua fisiopatologia ainda não esteja totalmente esclarecida, há evidências de associação com predisposições genéticas, dinâmica hormonal e desregulação imunológica. Além disso, a doença pode ser classificada em três formas principais: endometriose peritoneal superficial, endometrioma ovariano e endometriose infiltrativa profunda.
A relevância do estudo sobre a atuação da fisioterapia pélvica no contexto da endometriose justifica-se pelo fato de se tratar de uma doença crônica e sem cura definitiva. Frequentemente, pacientes submetidas a tratamentos invasivos estão sujeitas a complicações e efeitos adversos, o que limita sua eficácia a longo prazo. Nesse cenário, abordagens conservadoras, como a fisioterapia pélvica, destacam-se por oferecer recursos não invasivos capazes de contribuir para o controle da dor e a melhora da qualidade de vida, através de cinesioterapia, a terapia manual, as técnicas de eletrotermofototerapia e as ações de educação em saúde, apresentando evidências crescentes de resultados positivos.

Objetivo

O presente estudo tem como objetivo principal analisar as condutas empregadas no tratamento fisioterapêutico na endometriose, além de avaliar a eficácia das técnicas e comparar seus benefícios, a partir das evidências disponíveis na literatura científica.

Material e Métodos

A metodologia utilizada se constituiu de pesquisa bibliográfica nas bases de dados PubMed, SciELO, LILACS, Science Direct, Scopus, Embase, Web of Science, PEDro e Wiley, além do Google Scholar, o que resultou em 17.301 artigos. Foram incluídos no estudo artigos publicados entre 2020 e 2025, em língua inglesa, que

abordassem intervenções relacionadas à atuação da fisioterapia pélvica no manejo da endometriose e seus sintomas. Foram excluídos estudos duplicados, relatos de caso, revisões sistemáticas, revisões de escopo. Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram identificados 20 artigos.
Posteriormente, realizou-se a triagem por meio da leitura dos títulos e resumos, da qual 14 estudos foram selecionados para análise detalhada; e 10 compuseram o trabalho.

Resultados e Discussão

Os estudos analisados demonstraram a aplicação de diferentes recursos fisioterapêuticos no manejo da endometriose, com resultados variados. Del Forno et al. (2020, 2021, 2023) avaliaram cinco sessões de fisioterapia pélvica em mulheres com endometriose, utilizando orientações sobre a anatomia do assoalho pélvico associadas à massagem de Thiele. Nos dois primeiros trabalhos, com pacientes com endometriose infiltrativa profunda e dispareunia, observaram-se melhorias na dor pélvica crônica, na dispareunia e no relaxamento muscular. Já em 2023, embora não tenham sido verificadas mudanças significativas na função urinária, intestinal e sexual, houve tendência de melhora na constipação.
Em Tennfjord et al. (2024), 16 sessões de exercícios para fortalecimento, resistência, flexibilidade e relaxamento resultaram em empoderamento e maior autogestão da condição pelas pacientes. Mansfield et al. (2022), em revisão retrospectiva, identificaram melhora funcional significativa em adolescentes e jovens após protocolos individualizados que incluíram fortalecimento de core e glúteos, liberação miofascial e mobilizações pélvicas. Resultados semelhantes foram descritos por Shrikhande et al. (2023) e Patil et al. (2021), que aplicaram técnicas de liberação miofascial, mobilização visceral, deslizamento neural e respiração diafragmática, observando redução da dor e melhora da funcionalidade após 6 a 12 sessões.
Muñoz-Gómez et al. (2023) aplicaram protocolo de terapia manual com manipulação sacroilíaca, mobilização do ligamento largo e liberação do diafragma pélvico, registrando melhora significativa da dor, da mobilidade lombar e da qualidade de vida após quatro sessões. Martínez et al. (2022) testaram um protocolo com educação em dor, alongamentos, liberação miofascial, mobilização neural e radiofrequência monopolar, obtendo redução da dor e melhora da qualidade de vida após 10 sessões, quando comparado ao grupo placebo. Wójcik et al. (2025) investigaram manipulação visceral osteopática em mulheres com endometriose e prolapso pélvico, observando ganhos em qualidade de vida e estabilidade postural após cinco sessões.

Conclusão

Conclui-se, portanto, que a fisioterapia pélvica é um tratamento conservador, minimamente invasivo e sem efeitos adversos, que se encontra em crescente no âmbito clínico e científico e pode contribuir positivamente para o controle da dor, qualidade de vida e funcionalidade das pacientes com endometriose.

Referências

CARRALEROMARTÍNEZ, A. et al. Efficacy of capacitive resistive monopolar radiofrequency in the physiotherapeutic treatment of chronic pelvic pain syndrome: A randomized controlled trial. Neurourology and Urodynamics, v.41, n.4, p.962–972,9 mar. 2022.DEL FORNO, S. et al. Assessment of pelvic floor muscles with 3D/4D transperineal ultrasound in women with deep infiltrating endometriosis and superficial dyspareunia treated with pelvic floor muscle physiotherapy: a randomized controlled trial. Ultrasound in Obstetrics & Gynecology, v.57, n.5, 11 jan.2021.DEL FORNO, S. et al. Effects of Pelvic Floor Muscle Physiotherapy on Urinary, Bowel, and Sexual Functions in Women with Deep Infiltrating Endometriosis: A Randomized Controlled Trial. Medicina-lithuania, v.60, n. 1, p.67–67,29 dez.2023.MANSFIELD, C. et al. Impact of pelvic floor physical therapy on function in adolescents

and young adults with biopsy-confirmed endometriosis at a tertiary children's hospital: A case series. Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology, jul.2022.MUÑOZ-GÓMEZ, E. et al. Effectiveness of a Manual Therapy Protocol in Women with Pelvic Pain Due to Endometriosis: A Randomized Clinical Trial. Journal of Clinical Medicine, v.12, n.9, p.3310–3310,6 maio 2023.PATIL, S. et al. Neuromuscular treatment approach for women with chronic pelvic pain syndrome improving pelvic pain and functionality. Neurourology and Urodynamics, v.41, n.1, p. 220–228,1 jan.2022.SHRIKHANDE, A. et al. A Comprehensive Treatment Protocol for Endometriosis Patients Decreases Pain and Improves Function. International Journal of Women's Health, v.15, p.91–101,23jan. 2023.TENNFJORD, M. K. et al. Can general exercise training and pelvic floor muscle training be used as an empowering tool among women with endometriosis? Experiences among women with endometriosis participating in the intervention group of a randomized controlled trial. BMC Women s Health,v.24,n.1,12set.2024.