**Larissa Marques da Silva**

**II CONGRESSO NACIONAL DE SAÚDE DA MULHER**

**ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR NA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES COM ENDOMETRIOSE**

Graduada em Nutrição pelo Centro Universidade Maurício de Nassau Caruaru- UNINASSAU CARUARU, Caruaru – PE

**Midiã Pereira Cardoso Alves**

Graduada em Enfermagem pelo Centro Universitário UniFTC- UniFTC, Juazeiro-BA

**Maria Mileny Alves de Lima**

Graduanda em Enfermagem pela Faculdade de Ciências de Timbaúba- FACET, Timbaúba-PE

**Cheila Porfírio da Costa**

Pós-graduada em UTI Neonatal e Pediátrica pela Faculdade de Venda Nova do Imigrante-FAVENI, Sobral-CE

**INTRODUÇÃO:** A endometriose é uma doença sistêmica, caracterizada pelo crescimento do tecido endometrial fora da cavidade uterina, atingindo cerca de 10% das mulheres em idade fértil. O diagnóstico da endometriose pode levar até oito anos para ser confirmado. Os principais sintomas são dismenorreia, dor pélvica, amenorreia, dor abdominal, dispareunia e infertilidade (Tennfjord; Gabrielsen; tellum, 2021). O tratamento usual é focado em terapia farmacológica e cirurgia. O uso de medicamento apresenta ineficácia e efeitos indesejáveis, levando as mulheres abandonarem seu uso. A cirurgia não promove a cura, apresentado recorrência da doença (Li *et al*., 2023). Os sintomas clínicos da endometriose ocasionam declínio na qualidade de vida, aumentado a suscetibilidade ao desenvolvimento de transtornos psicológicos. Estudos recomendam a utilização de abordagens terapêuticas diferentes no manejo da endometriose (Donatt *et al*., 2022). **OBJETIVOS:** Compreender e reunir evidências acerca de tratamentos multidisciplinar na qualidade vida das mulheres com endometriose. **METODOLOGIA:** O presente estudo utilizou o banco de dados PUBMED, utilizando as seguintes palavras-chaves: “endometriose”, “tratamento”, “multidisciplinar”, com o uso do conectivo ”and” entre os termos, inglês. os critérios de inclusão foram revisões sistemática, meta-analises e estudos randomizados, disponibilizados de forma completa, gratuitamente, publicados entre 2019 a 2024. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A acupuntura, terapia milenar da medicina tradicional chinesa, tem sido amplamente estudada como ferramenta no manejo da dor da endometriose. Em um estudo clínico randomizado, com 104 participantes, a acupuntura promoveu uma significativa redução na escala de dor da dismenorreia, aumento do bem-estar geral e a qualidade de vida das pacientes. Os autores sugerem que a acupuntura pode ser utilizada tanto como terapia isolada quanto em conjunto com outras medidas terapêuticas (Li *et al*., 2023). A técnica mindfulness, que faz parte da terapia cognitiva comportamental (TCC), abordagem que visa a promoção da mudança das emoções e pensamentos disfuncionais, demonstrou efeitos promissores no manejo da dor, vitalidade e melhora do bem-estar, apresentando efeitos após 6 anos do estudo, entretanto, mais estudos são necessários para padronização das abordagens (Donatti *et al*., 2022). Centros multidisciplinares de tratamento da endometriose envolve o profissional nutricionista, Estudos indicam que o protocolo alimentar composto pelo padrão alimentar mediterrâneo e compostos anti-inflamatórios promovem redução das dores da endometriose e da inflamação de forma mais eficaz (Nirgianakis *et al*., 2022). Exercícios, especialmente aqueles que visam o fortalecimento abdominal e aeróbicos, apresentam promissores resultados no alívio dos sintomas, especialmente na dor e psicológicos. No entanto, os estudos indicam que mais estudos são necessários para elucidar sua eficácia (Afreen *et al*., 2024). **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Os resultados sugerem que a acupuntura, mindfulness, nutrição e exercício físico apresentam resultados positivos no manejo da dor. A combinação dessas abordagens pode fazer parte de um programa multidisciplinar, promovendo aumento da qualidade de vida e até mesmo substituir o uso de medicamentos e a necessidade de procedimento cirúrgico. É importante destacar que são necessárias mais investigações sobre a eficácia da TCC e do exercício físico no manejo da endometriose.

**PALAVRAS-CHAVE:** Endométrio; Dor pélvica; Tratamento multidisciplinar; Saúde da mulher.

**REFERÊNCIAS:**

AFREEN, S. *et al*. Comparing Surgical, Acupuncture, and Exercise Interventions for Improving the Quality of Life in Women With Endometriosis: A Systematic Review. **Cureus**, v. 16, n.7, 2024.

DONATTI, L.; MALVEZZI, H.; AZEVEDO, B. C.; BARACT, E. C.; PODGAEC, S. Cognitive Behavioral Therapy in Endometriosis, Psychological Based Intervention: A Systematic Review. **Rev. Bras. Ginecol. Obstet**., v. 44, n.3, p. 295-303, 2022.

LI, P. S. *et al*. Efficacy of acupuncture for endometriosis associated pain: a multicenter randomized single-blind placebo-controlled trial. **Fertil Steril,** v. 119, n.5, p. 815-823, 2023.

NIRGIANAKIS, K. *et al*. Effectiveness of Dietary Interventions in the Treatment of Endometriosis: a Systematic Review. **Reproductive Sciences,** v.29, p. 26-42, 2022.

TENNFJORD, M. K.; GABRIELSEN, R.; TELLUM, T. Effect of physical activity and exercise on endometriosis-associated symptoms: a systematic review. **BMC Womens Health**, v. 21, n.1, p. 355-364, 2021.

