**IMPACTO DA ENDOMETRIOSE NA QUALIDADE DE VIDA E ESTRATÉGIAS DE MANEJO: UMA REVISÃO**

**IMPACT OF ENDOMETRIOSIS ON QUALITY OF LIFE AND MANAGEMENT STRATEGIES: A REVIEW**

Ribeiro, Autor Yure Kayan da Rocha¹

Dias, Coautora Anna Júlia Soares2

Souza, Coautor Antônio Jhonatan de3

Barros, Coautor Gabriel Henrique de4

Nascimento, Coautora Yasmin Gabrielly Pereira do5

Sousa, Coautor Hércules Kanaan Pereira6

**Resumo**

A endometriose é uma condição inflamatória crônica que afeta 10% das mulheres em idade reprodutiva, impactando a qualidade de vida física, psicológica e social. Este estudo revisa os impactos da doença e estratégias de manejo, incluindo terapias farmacológicas, cirúrgicas e multidisciplinares, destacando lacunas no cuidado e contribuindo para o aprimoramento das práticas clínicas e futuras pesquisas. Esta revisão narrativa utilizou critérios rigorosos para incluir estudos sobre o impacto da endometriose na qualidade de vida e estratégias de manejo. Foram analisados dados físicos, psicológicos e sociais em bases como Google Scholar, ScienceDirect e MEDLINE, sem restrição de idioma ou período. A triagem e extração de dados seguiram processos independentes e consensuais, garantindo relevância e qualidade metodológica. Os achados destacam o impacto multifacetado da endometriose na qualidade de vida, envolvendo dores crônicas, transtornos psiquiátricos e desafios sociais. Estratégias incluem intervenções cirúrgicas, suporte psicológico e abordagens multidisciplinares. Exercícios físicos, acupuntura e terapias psicológicas, como mindfulness, mostraram-se eficazes para aliviar sintomas e melhorar o bem-estar. Abordagens centradas no paciente, manejo da dor e assistência econômica são essenciais para mitigar os impactos abrangentes do distúrbio. A endometriose compromete a qualidade de vida física, psicológica e social das pacientes. Estratégias multimodais, como intervenções cirúrgicas, terapias psicológicas e mindfulness, têm eficácia comprovada, mas lacunas como manejo da fadiga persistem. A revisão enfatiza a importância de abordagens holísticas e mais pesquisas multicêntricas para aprimorar o cuidado e expandir a acessibilidade terapêutica.

**Palavras-chave**: Endometriose; Qualidade de vida; Manejo multidisciplinar; Terapias alternativas; Suporte psicológico.

**Abstract**

Endometriosis is a chronic inflammatory condition affecting 10% of women of reproductive age, significantly impacting physical, psychological, and social quality of life. This study reviews the disease’s impacts and management strategies, including pharmacological, surgical, and multidisciplinary approaches, highlighting care gaps and contributing to the improvement of clinical practices and future research. This narrative review employed rigorous criteria to include studies on endometriosis' impact on quality of life and management strategies. Physical, psychological, and social data were analyzed from databases such as Google Scholar, ScienceDirect, and MEDLINE, without language or time restrictions. Screening and data extraction followed independent and consensual processes to ensure relevance and methodological quality. Findings underscore the multifaceted impact of endometriosis on quality of life, involving chronic pain, psychiatric disorders, and social challenges. Strategies include surgical interventions, psychological support, and multidisciplinary approaches. Physical exercise, acupuncture, and psychological therapies such as mindfulness proved effective in alleviating symptoms and improving well-being. Patient-centered approaches, pain management, and economic assistance are essential to mitigate the disorder's extensive impacts. Endometriosis compromises patients' physical, psychological, and social quality of life. Multimodal strategies, such as surgical interventions, psychological therapies, and mindfulness, have proven effective, but gaps like fatigue management persist. The review emphasizes the importance of holistic approaches and further multicenter research to enhance care and expand therapeutic accessibility.

**Keywords**: Endometriosis; Quality of life; Multidisciplinary management; Alternative therapies; Psychological support.

**E-mail do autor principal:** [yurekrribeiro@gmail.com](mailto:yurekrribeiro@gmail.com)

¹Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [yurekrribeiro@gmail.com](mailto:yurekrribeiro@gmail.com).

²Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [najuhdias@icloud.com](mailto:najuhdias@icloud.com).

3Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [jhonatangrand@gmail.com](mailto:jhonatangrand@gmail.com).

4Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [ghdsb1997@gmail.com](mailto:ghdsb1997@gmail.com).

5Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [yasminnascimento1112@gmail.com](mailto:yasminnascimento1112@gmail.com).

6Medicina, Centro Universitário Uninovafapi, Teresina – Piauí, [herculeskanaan@gmail.com](mailto:herculeskanaan@gmail.com).

**Introdução**

A endometriose é uma condição ginecológica inflamatória crônica caracterizada pela presença de tecido endometrial funcional fora da cavidade uterina, afetando aproximadamente 10% das mulheres em idade reprodutiva (Agnihotri *et al*., 2023; García-Izquierdo *et al*., 2024; Grigoryants *et al*., 2024; Simmen *et al*., 2024). Embora sua etiologia permaneça incerta, fatores genéticos, imunológicos e hormonais têm sido implicados no desenvolvimento da doença (Adilbayeva & Kunz, 2024; Cano-Herrera *et al*., 2024; Diana-Elizabeth *et al*., 2024). Os sintomas mais comuns incluem dor pélvica crônica, dispareunia, infertilidade e distúrbios gastrointestinais, que impactam negativamente a saúde física e mental das pacientes (Griffiths *et al*., 2024; Hearn-Yeates *et al*., 2024; Rodrigues *et al*., 2024; Simmen *et al*., 2024). Este quadro clínico complexo torna a endometriose um desafio significativo na prática médica e um tema de grande relevância na pesquisa em saúde.

O impacto da endometriose vai além dos sintomas físicos, afetando a qualidade de vida das pacientes em múltiplas dimensões, como aspectos psicológicos, sociais, sexuais e econômicos. Estudos têm demonstrado uma elevada prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em mulheres com a doença, frequentemente agravados pela demora no diagnóstico e pelas limitações das opções terapêuticas disponíveis (Goodwin *et al*., 2023; Mori *et al*., 2024; Najdi *et al*., 2024; Kigloo *et al*., 2024; Sinai *et al*., 2024; Zhang *et al*., 2024). Estratégias de manejo incluem intervenções farmacológicas, cirúrgicas e multidisciplinares, que visam aliviar os sintomas e melhorar o bem-estar geral das pacientes (Kocas *et al*., 2023; Pickett *et al*., 2023; Shalina *et al*., 2023; Stein *et al*., 2023). Entretanto, a abordagem ideal para o manejo da endometriose ainda é objeto de debate, e há uma crescente necessidade de compreender melhor as implicações da doença e as alternativas terapêuticas.

Portanto, o objetivo desta revisão narrativa é analisar os impactos da endometriose na qualidade de vida e as estratégias de manejo descritas na literatura. A revisão busca integrar conhecimentos sobre as dimensões física, psicológica e social da doença, além de destacar abordagens terapêuticas eficazes e lacunas no cuidado das pacientes. Ao sintetizar as evidências disponíveis, este estudo visa contribuir para o aprimoramento das práticas clínicas e futuras pesquisas relacionadas à endometriose.

**Metodologia**

A metodologia desta revisão narrativa seguiu critérios para garantir a inclusão de estudos relevantes que investigassem o impacto da endometriose na qualidade de vida e as estratégias de manejo empregadas para mitigar esse impacto. Foram considerados elegíveis estudos que apresentaram dados quantitativos ou qualitativos sobre os efeitos da endometriose em aspectos físicos, psicológicos, sociais e reprodutivos, bem como as intervenções propostas para aliviar esses impactos. Incluíram-se estudos observacionais, experimentais e revisões que abordassem resultados relevantes para a pergunta de pesquisa, enquanto publicações sem dados suficientes, duplicatas ou que não respondiam ao objetivo do estudo foram excluídas.

As bases de dados utilizadas para a busca dos estudos incluíram Google Scholar, ScienceDirect e MEDLINE. A estratégia de busca foi adaptada para cada base e utilizou termos como: ("endometriosis" AND "quality of life" OR "psychological impact" OR "pain management") AND ("treatment strategies" OR "multidisciplinary approaches"). A busca foi realizada sem restrição de idioma ou período temporal, permitindo uma ampla seleção de estudos que abordassem diferentes aspectos do impacto da endometriose e as intervenções disponíveis.

Após a coleta inicial dos registros, os títulos e resumos foram avaliados por dois revisores independentes, que analisaram a relevância de cada estudo de acordo com os critérios de inclusão. As discordâncias entre os revisores foram resolvidas por meio de discussão e consenso, com a consulta de um terceiro revisor em casos de persistência de desacordo. Os estudos selecionados passaram por uma leitura criteriosa para confirmar sua elegibilidade final, considerando sua qualidade metodológica e adequação aos objetivos da revisão. O processo de triagem foi realizado manualmente, sem o uso de ferramentas automatizadas.

A extração de dados dos estudos selecionados também foi conduzida de forma independente por dois revisores, utilizando um formulário padronizado que incluía informações como autor(es), ano de publicação, tipo de estudo e principais resultados. Discrepâncias na coleta de dados foram discutidas e resolvidas por consenso entre os revisores. Não houve necessidade de contato com os autores dos estudos, pois todas as informações necessárias foram obtidas diretamente das publicações analisadas.

**Resultados**

Os achados analisados demonstram o impacto significativo da endometriose na qualidade de vida das pacientes e as estratégias para mitigar esse impacto. Afreen *et al*. (2024) identificaram que a endometriose causa dores crônicas e desconforto, prejudicando a qualidade de vida das pacientes. Entre as estratégias apontadas, destacam-se intervenções cirúrgicas, como a excisão laparoscópica, além de programas de exercícios físicos e acupuntura, que proporcionaram alívio da dor e melhorias no bem-estar geral. De forma semelhante, Zgierska *et al*. (2024) ressaltaram a associação da endometriose com transtornos psiquiátricos, como ansiedade e depressão, e destacaram que tratamentos médicos e cirúrgicos não apenas aliviam os sintomas físicos, mas também melhoram os aspectos psicológicos, resultando em um bem-estar aprimorado.

Farenga *et al*. (2024) relataram o impacto da endometriose na dor e na fertilidade, sugerindo uma abordagem multiprofissional para manejo eficaz, com suporte psicológico, tratamentos médicos e aconselhamento sexual, baseando-se em modelos neurobiológicos contemporâneos. Já Schmitt *et al*. (2024) observaram que os sintomas incluem fadiga e problemas digestivos, os quais afetam o equilíbrio das pacientes entre suas atividades diárias e necessidades, embora estratégias específicas não tenham sido detalhadas.

Pontoppidan *et al*. (2023) enfatizaram os efeitos negativos da endometriose na saúde social, mental e sexual, destacando que uma abordagem centrada no paciente e o cuidado com a saúde mental podem melhorar significativamente a qualidade de vida. Baczek *et al*. (2024) apontaram que dor severa, infertilidade e dispareunia estão entre os principais fatores que reduzem a qualidade de vida das mulheres com endometriose, recomendando diagnósticos mais precisos, manejo da dor e suporte psicológico como estratégias essenciais para mitigar esse impacto.

Moore *et al*. (2023) exploraram os efeitos das percepções negativas da doença, medos sobre o futuro e sintomas específicos, sugerindo intervenções baseadas em percepção de doença como uma forma de melhorar a qualidade de vida enquanto as pacientes buscam tratamentos eficazes. Szypłowska *et al*. (2023) reportaram uma alta prevalência de sintomas depressivos entre as pacientes, indicando que suporte psicológico e controle efetivo da dor são essenciais para minimizar esses impactos.

Miszczyk *et al*. (2023) identificaram a deterioração da qualidade de vida associada à dor, redução da atividade física e prejuízo no funcionamento social, recomendando diagnósticos adequados, manejo hormonal e intervenções cirúrgicas em casos avançados. Por outro lado, Güvenç e Bozo (2024) destacaram que o estilo de apego, estratégias de enfrentamento focadas em problemas e a redução do catastrofismo da dor podem melhorar os mecanismos de enfrentamento e a qualidade de vida relacionada à saúde de pacientes com endometriose.

Hansen *et al*. (2023) destacaram a dor pélvica crônica como um dos principais fatores de redução da qualidade de vida, apontando intervenções psicológicas, como terapias baseadas em mindfulness e aceitação, como ferramentas para melhorar o bem-estar emocional e social, além de promover maior controle sobre os sintomas. Por fim, Troìa e Luisi (2022) enfatizaram os impactos físicos, sexuais, mentais e econômicos da endometriose, sugerindo uma abordagem multidisciplinar que inclua tratamento médico, suporte psicológico e assistência econômica para lidar com o impacto abrangente do distúrbio.

**Discussão**

A revisão evidencia o impacto significativo da endometriose na qualidade de vida das pacientes, abrangendo aspectos físicos, psicológicos, sociais e reprodutivos. Os estudos analisados destacaram que a dor crônica, infertilidade, dispareunia e sintomas gastrointestinais são fatores determinantes para o comprometimento da qualidade de vida. Estratégias multimodais, incluindo intervenções cirúrgicas, terapias psicológicas e abordagens alternativas, como acupuntura e *mindfulness*, têm mostrado eficácia em aliviar os sintomas e promover bem-estar geral, em consonância com a literatura que aponta o manejo interdisciplinar como essencial para o sucesso terapêutico em condições crônicas complexas (Hymowitz *et al*., 2024; Maraş; Sürme, 2022; Gupta, 2023; Rajia, 2023; Wijnen *et al*., 2023).

Além disso, a integração de suporte psicológico e intervenções centradas no paciente, como sugerido por Pontoppidan *et al*. (2023) e Hansen *et al*. (2023), reforça a importância de uma abordagem holística no cuidado da endometriose. No entanto, a escassez de estratégias específicas para abordar questões como fadiga e desafios no funcionamento social, como apontado por Schmitt *et al*. (2024), reflete lacunas na prática clínica que necessitam de maior atenção em futuras investigações.

Entre as limitações desta revisão, destaca-se a heterogeneidade metodológica entre os estudos analisados, que dificulta a comparação direta dos resultados. Além disso, a maioria dos artigos avaliados não apresenta dados longitudinais, limitando a avaliação dos efeitos a longo prazo das intervenções propostas. Também se observou uma concentração de estudos em países desenvolvidos, o que pode não refletir completamente a realidade de populações com acesso limitado a serviços especializados. Essas limitações ressaltam a necessidade de mais estudos multicêntricos, abrangendo diferentes contextos socioeconômicos.

Conclui-se que a endometriose compromete profundamente a qualidade de vida das pacientes, exigindo abordagens multidisciplinares para seu manejo. A integração de estratégias clínicas e psicossociais, aliada ao foco no paciente como agente ativo no cuidado, mostra-se essencial para melhorar os desfechos terapêuticos. Futuras pesquisas devem buscar maior uniformidade metodológica e explorar intervenções inovadoras, garantindo acessibilidade e eficácia em diferentes realidades.

**Referências**

ADILBAYEVA, A.; KUNZ, J. Pathogenesis of Endometriosis and Endometriosis-Associated Cancers. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 25, n. 14, p. 7624, 11 jul. 2024.

AFREEN, S. *et al*. Comparing Surgical, Acupuncture, and Exercise Interventions for Improving the Quality of Life in Women With Endometriosis: A Systematic Review. **Cureus**, 24 jul. 2024.

AGNIHOTRI, T. *et al*. Endometriosis: An Overview. **Seminars in Interventional Radiology**, v. 40, n. 06, p. 544–548, dez. 2023.

BACZEK, G. *et al*. The impact of endometriosis on the quality of women’s life. **Ginekologia Polska**, p. VM/OJS/J/93995, 17 jan. 2024.

CANO-HERRERA, G. *et al*. Endometriosis: A Comprehensive Analysis of the Pathophysiology, Treatment, and Nutritional Aspects, and Its Repercussions on the Quality of Life of Patients. **Biomedicines**, v. 12, n. 7, p. 1476, 4 jul. 2024.

DIANA-ELIZABETH, F. S. *et al*. Endometriosis and genetic factors involved. **GSC Advanced Research and Reviews**, v. 19, n. 3, p. 240–245, 30 jun. 2024.

FARENGA, E. *et al*. A Psychological Point of View on Endometriosis and Quality of Life: A Narrative Review. **Journal of Personalized Medicine**, v. 14, n. 5, p. 466, 28 abr. 2024.

GARCÍA-IZQUIERDO, L. *et al*. New Potential Pharmacological Options for Endometriosis Associated Pain. **International Journal of Molecular Sciences**, v. 25, n. 13, p. 7068, 27 jun. 2024.

GOODWIN, E. *et al*. The Association Between Endometriosis Treatments and Depression and/or Anxiety in a Population-Based Pathologically Confirmed Cohort of People with Endometriosis. **Women’s Health Reports**, v. 4, n. 1, p. 551–561, 1 nov. 2023.

GRIFFITHS, M. J. *et al*. Endometriosis: recent advances that could accelerate diagnosis and improve care. **Trends in Molecular Medicine**, v. 30, n. 9, p. 875–889, set. 2024.

GRIGORYANTS, A. A. *et al*. Changes in the level of anti-inflammatory and pro-inflammatory cytokines in patients with external genital endometriosis (literature review). **Medical alphabet**, n. 8, p. 36–40, 10 maio 2024.

GUPTA, R.. Non-pharmaceutical management of chronic pain. **GSC Advanced Research and Reviews**, v. 16, n. 2, p. 158–165, 30 ago. 2023.

GÜVENÇ, İ. B.; BOZO, Ö. Health-related quality of life of women with endometriosis: An Attachment-Diathesis Model of Chronic Pain perspective. **Health Care for Women International**, v. 45, n. 4, p. 412–429, 2 abr. 2024.

HANSEN, K. E. *et al*. Psychological interventions improve quality of life despite persistent pain in endometriosis: results of a 3-armed randomized controlled trial. **Quality of Life Research**, v. 32, n. 6, p. 1727–1744, jun. 2023.

HEARN-YEATES, F. *et al*. Microbiome: The impact of the microbiota–gut–brain axis on endometriosis-associated symptoms: mechanisms and opportunities for personalised management strategies. **Reproduction and Fertility**, v. 5, n. 2, p. e230085, 13 maio 2024.

HYMOWITZ, G. *et al*. Mindfulness-Based Interventions for Surgical Patients and Impact on Postoperative Outcomes, Patient Wellbeing, and Satisfaction. **The American SurgeonTM**, v. 90, n. 5, p. 947–953, maio 2024.

KIGLOO, H. N. *et al*. Endometriosis, chronic pain, anxiety, and depression: A retrospective study among 12 million women. **Journal of Affective Disorders**, v. 346, p. 260–265, fev. 2024.

KOCAS, H. D.; RUBIN, L. R.; LOBEL, M. Stigma and mental health in endometriosis. **European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology: X**, v. 19, p. 100228, set. 2023.

MARAŞ, G.; SÜRME, Y. Multimodal Treatment Approaches to Chronic Diseases. **Exploratory Research and Hypothesis in Medicine**, v. 7, n. 2, p. 95–101, 25 jun. 2022.

MISZCZYK, K. *et al*. Endometriosis as very common cause of chronic pelvic pain – overview of actual knowledge. **Journal of Education, Health and Sport**, v. 46, n. 1, p. 368–381, 26 ago. 2023.

MOORE, C.; COGAN, N.; WILLIAMS, L. A qualitative investigation into the role of illness perceptions in endometriosis-related quality of life. **Journal of Health Psychology**, v. 28, n. 12, p. 1157–1171, out. 2023.

MORI, L. P. *et al*. Endometriosis in infertile women: an observational and comparative study of quality of life, anxiety, and depression. **BMC Women’s Health**, v. 24, n. 1, p. 251, 23 abr. 2024.

NAJDI, N. *et al*. Anxiety in Women with Endometriosis -A Cross-sectional Study. **The Open Public Health Journal**, v. 17, n. 1, p. e18749445308945, 25 jun. 2024.

PICKETT, C.; FOSTER, W. G.; AGARWAL, S. K. Current endometriosis care and opportunities for improvement. **Reproduction and Fertility**, v. 4, n. 3, p. e220091, 2 ago. 2023.

PONTOPPIDAN, K.; OLOVSSON, M.; GRUNDSTRÖM, H. Clinical factors associated with quality of life among women with endometriosis: a cross-sectional study. **BMC Women’s Health**, v. 23, n. 1, p. 551, 24 out. 2023.

RAJIA, R. The Efficacy of Integrative Medicine in Managing Chronic Pain. **Advances in Healthcare Research**, v. 1, n. 2, p. 63–74, 31 ago. 2023.

RODRIGUES, A. S. *et al*. **Gynecology and obstetrics: Impacts of endometriosis on female fertility**. IV Seven International Congress of Health. **Anais**... Em: IV SEVEN INTERNATIONAL CONGRESS OF HEALTH. Seven Congress, 5 jul. 2024. Disponível em: <<https://sevenpublicacoes.com.br/index.php/anais7/article/view/4738>>. Acesso em: 15 nov. 2024

SCHMITT, É. *et al*. Perspectives de la qualité de vie avec l’endométriose. **La Revue de l’Infirmière**, v. 73, n. 299, p. 31–33, mar. 2024.

SHALINA, M. A. *et al*. Psycho-emotional status in patients with endometriosis-associated pain syndrome in various disease phenotypes. **Journal of obstetrics and women’s diseases**, v. 72, n. 3, p. 53–64, 14 jul. 2023.

SIMMEN, R. C. M.; QUICK, C. M.; ZHENG, W. Endometriosis and Endometriosis-Associated Tumors. Em: ZHENG, W.; FADARE, O.; QUICK, C. M. (Eds.). **Gynecologic and Obstetric Pathology**. Singapore: Springer Nature Singapore, 2024. p. 1–31.

SINAI, D.; AVNI, C.; TOREN, P. Beyond physical pain: A large-scale cohort study on endometriosis trends and mental health correlates. **Journal of Psychosomatic Research**, v. 182, p. 111809, jul. 2024.

STEIN, K. V. *et al*. Understanding Psychological Symptoms of Endometriosis from a Research Domain Criteria Perspective. **Journal of Clinical Medicine**, v. 12, n. 12, p. 4056, 15 jun. 2023.

SZYPŁOWSKA, M.; TARKOWSKI, R.; KUŁAK, K. The impact of endometriosis on depressive and anxiety symptoms and quality of life: a systematic review. **Frontiers in Public Health**, v. 11, p. 1230303, 6 set. 2023.

TROÌA, L.; LUISI, S. Sexual function and quality of life in women with endometriosis. **Minerva Obstetrics and Gynecology**, v. 74, n. 3, jun. 2022.

WIJNEN, J. *et al*. An interdisciplinary multimodal integrative healthcare program for somatic symptom disorder, with predominant (spinal) pain. **Psychotherapy Research**, v. 33, n. 5, p. 581–594, 4 jul. 2023.

ZGIERSKA, M. *et al*. THE CORRELATION BETWEEN ENDOMETRIOSIS PAIN, MENTAL HEALTH DISORDERS, AND QUALITY OF LIFE IMPACT. **International Journal of Innovative Technologies in Social Science**, n. 2(42), 26 maio 2024.

ZHANG, J. *et al*. The causal relationship of depression, anxiety, and neuroticism with endometriosis: A bidirectional 2-sample Mendelian randomization study. **Medicine**, v. 103, n. 28, p. e38823, 12 jul. 2024.