



FISIOTERAPIA - ENTREGA SEMANAL 2

Projeto: Plano Terapêutico Uroginecológico e Obstétrico

Professores: Colegiado de Fisioterapia

Nome: Shirley Huilen Nobili

Atividade: Endometriose

OBS: Entrega individual

Atividade

1 – Leia / assista os materiais abaixo abordando a atuação da fisioterapia na endometriose.

Artigo: IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO FISIOTERAPÊUTICA NO TRATAMENTO DA ENDOMETRIOSE (disponibilizado na Blackboard)

Vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=jwu0VZV1FTY>

2 – Construa um mapa mental abordando a endometriose (definição, causas, fatores de risco, fisiopatologia) e o tratamento dessa condição na visão multidisciplinar e fisioterapêutica.

ENDOMETRIOSE |

Definição: A endometriose é uma condição na qual o tecido semelhante ao endométrio (tecido que reveste o útero) cresce fora do útero, causando dor, inflamação e, em alguns casos, problemas de fertilidade.

Causas: As causas exatas não são claras, mas possíveis fatores incluem retrocesso menstrual, predisposição genética e problemas imunológicos.

Fatores de Risco: Histórico familiar, menarca precoce, menstruações longas, entre

outros.

| **Fisiopatologia da** |
| **Endometriose** |

- **Implantação e Crescimento:** O tecido endometrial, que normalmente reveste o interior do útero e é expelido durante a menstruação, é encontrado fora do útero na endometriose. Esse tecido implantado em locais como os ovários, trompas de falópio, peritônio, e outros órgãos do sistema reprodutivo ou até mesmo em áreas distantes, como os pulmões, responde aos hormônios femininos (estrogênio) e sangra durante o ciclo menstrual.
- **Inflamação e Resposta Imune:** A presença do tecido endometrial fora do útero desencadeia uma resposta inflamatória. O sangue liberado por esses implantes causa irritação e inflamação nos tecidos circundantes. Essa resposta inflamatória pode afetar a função normal dos órgãos afetados e levar a aderências, dor crônica e problemas de fertilidade.
- **Formação de Aderências e Nódulos:** Com o passar do tempo, esses implantes endometriais podem formar aderências ou nódulos, causando fixação dos órgãos pélvicos uns aos outros ou a estruturas adjacentes. Essas aderências podem levar a sintomas como dor pélvica intensa, especialmente durante o período menstrual.
- **Alterações Hormonais:** Embora o papel exato dos hormônios na progressão da endometriose ainda não seja totalmente compreendido, sabe-se que os estrogênios desempenham um papel crucial no crescimento e na proliferação desses implantes endometriais.
- **Possíveis Teorias:** Existem várias teorias que tentam explicar como o tecido endometrial acaba fora do útero, incluindo a teoria da menstruação retrógrada, disseminação linfática ou vascular, e transformação de células embrionárias residuais

| **Tratamento Multidisciplinar e** |
| **Fisioterapêutico** |

Inclui medicamentos para controle hormonal, cirurgia para remover lesões e

fisioterapia para alívio da dor e melhoria da qualidade de vida.

A **fisioterapia** desempenha um papel crucial no manejo da endometriose, ajudando a aliviar a dor, melhorar a função física e a qualidade de vida das pacientes.

- **Alívio da Dor:** A dor é um dos sintomas mais comuns e debilitantes da endometriose. A fisioterapia pode oferecer técnicas de relaxamento, exercícios de respiração, massagens terapêuticas, calor ou crioterapia para reduzir a dor pélvica crônica associada à endometriose.
- **Exercícios para o Assoalho Pélvico:** Fortalecer e relaxar os músculos do assoalho pélvico pode ajudar a melhorar a função dos órgãos pélvicos afetados pela endometriose, reduzindo a dor e melhorando a função urinária e intestinal.
- **Terapia Manual:** Técnicas de terapia manual podem ser aplicadas para liberar pontos de tensão muscular na região pélvica, aliviando a dor e melhorando a mobilidade.
- **Técnicas de Relaxamento:** Aprender técnicas de relaxamento, como yoga, meditação, biofeedback ou mindfulness, pode ajudar a reduzir a resposta ao estresse e a tensão muscular, aliviando a dor associada à endometriose.
- **Reabilitação Pós-Cirúrgica:** Após cirurgias para remover lesões endometrióticas, a fisioterapia pode auxiliar na recuperação, reduzindo aderências e melhorando a função dos órgãos afetados.
- **Abordagem Multidisciplinar:** A fisioterapia muitas vezes faz parte de uma abordagem multidisciplinar para o tratamento da endometriose, trabalhando em conjunto com médicos, terapeutas ocupacionais, psicólogos e outros profissionais de saúde para oferecer um tratamento abrangente e integrado.

Objetivos

Objetivos do Tratamento Fisioterapêutico: Alívio da dor e melhora da qualidade de vida, visando melhorar a função física e reduzir os impactos negativos da endometriose nas atividades diárias.

Referências:

DUARTE, Amanda Nunes. Associação entre endometriose e infertilidade feminina: uma revisão de literatura. **Acta Elit Salutis**, v. 4, n. 1, p. 1-12, 2021. Disponível em: <https://e-revista.unioeste.br/index.php/salutis/article/view/26895>

FIGUEIREDO, Aline Teles de. Endometriose e fisioterapia: uma análise bibliométrica e narrativa. 2022. Disponível em: <https://repositorio.ufc.br/handle/riufc/64084>

CUNHA VIEIRA, ALANNA. EFETIVIDADE DAS INTERVENÇÕES FISIOTERAPÊUTICAS NA DISFUNÇÃO SEXUAL EM PACIENTE COM ENDOMETRIOSE: um estudo de caso clínico. 2018. Disponível em: <https://repositorio.uniube.br/handle/123456789/550>

CARNEIRO, Karolina. ATUAÇÃO DO FISIOTERAPEUTA NA QUALIDADE DE VIDA DA MULHER COM ENDOMETRIOSE. **UMA ABORDAGEM CONTEMPORÂNEA**, p. 2023. Disponível em: <https://editorapascal.com.br/wp-content/uploads/2023/04/FISIOTERAPIA-VOL.-04.pdf#page=21>