



Terapias complementares no tratamento de endometriose: uma revisão integrativa

Complementary therapies in the treatment of endometriosis: an integrative review

Daniela Ribeiro Queda, Graduanda em Medicina

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: danielaqueda1979@icloud.com

Bárbara Vieira Rodrigues, Graduanda em Medicina

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: barbararodriguess@gmail.com

Lívia Rodrigues Galera, Graduanda em Medicina

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: galeralivia@gmail.com

Lua Clara Ortolan, Graduanda em Medicina

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: claraortolan@hotmail.com

Ronaldo Gonçalves da Silva, Doutor em Nefrologia

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: ronaldo.unifesp@gmail.com

Ana Paula Gallo Naoum, Mestre em Ciências da Saúde

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: anapgallo@yahoo.com.br

Gabriel Antonio Cabriott Dumbra, Especialista em Ginecologia e Obstetrícia

Filiação: Faculdade Ceres (FACERES). São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.
E-mail: gabriel_dumbra@hotmail.com

RESUMO

Introdução: A endometriose é uma alteração no funcionamento orgânico em que as células do endométrio, o tecido que reveste o útero, ao invés de serem expelidas durante a menstruação, migram retrogradamente para os ovários ou a cavidade abdominal, onde proliferam e causam sangramento. **Objetivo:** Identificar as terapias complementares utilizadas no tratamento e alívio de sintomas de mulheres portadoras da endometriose. **Métodos:** Estudo de revisão integrativa utilizando as bases de dados Pubmed/Medline, Cochrane e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A pesquisa foi conduzida considerando os termos “*endometriosis*” “*Complementary Therapies*” “*signs and symptoms*”. **Resultado:** A total of 32 studies were identified, 18 were excluded and 14 were included in the analysis. A terapia complementar predominante para tratamento e alívio de sintomas decorrentes da endometriose foi acupuntura (n=7), seguido Tokishakuyakusan (TSS) da medicina tradicional japonesa, e também chinesa



como Gyejibokryeonghwan (GBH) e Bogol-gonjin-dan (BGD). Outros métodos identificados foram relacionados ao estilo de vida, tais como, como mudança de hábitos alimentares, prática de atividades físicas, uso de cannabis e calor associado. **Conclusão:** Mulheres com endometriose apresentaram melhora nas dores pélvicas com as terapias complementar, sendo a acupuntura com os melhores resultados para alívio dos sintomas.

Palavras-chave: Endometriose, Terapias complementares, Tratamento, Sintomas.

ABSTRACT

Introduction: Endometriosis is an alteration in organ function in which the cells of the endometrium, the tissue that lines the uterus, instead of being expelled during menstruation, migrate retrograde to the ovaries or the abdominal cavity, where they proliferate and cause bleeding. **Objective:** To identify the complementary therapies used to treat and relieve the symptoms of women with endometriosis. **Methods:** Integrative review study using the Pubmed/Medline, Cochrane and BVS databases. The search was conducted using the terms "endometriosis" "Complementary Therapies" "signs and symptoms". **Results:** The predominant complementary therapy for treating and relieving symptoms resulting from endometriosis was acupuncture (n=7), followed by Tokishakuyakusan (TSS) from traditional Japanese medicine, and also Chinese such as Gyejibokryeonghwan (GBH) and Bogol-gonjin-dan (BGD). Other methods identified were lifestyle-related, such as changing eating habits, practicing physical activity, using cannabis and associated heat. **Conclusion:** Women with endometriosis showed improvement in pelvic pain with complementary therapies, with acupuncture having the best results for symptom relief.

Keywords: Endometriosis, Complementary Therapies, Therapeutics, Signs and Symptoms

INTRODUÇÃO

A endometriose é uma doença inflamatória crônica hormônio-dependente¹ provocada por células do endométrio que, em vez de serem expelidas, migram no sentido oposto e caem nos ovários ou na cavidade abdominal. Essa inflamação acomete mulheres em idade reprodutiva, causando sintomas de dores pélvicas crônicas (DPC), fadiga² dismenorreia³, dispareunia⁴, entre outros que afetam a fertilidade⁵, saúde emocional, física e social⁴.

O tratamento convencional para endometriose como Gyejibokryeonghwan (GBH) e o Bogol-gonjin-dan (BGD) tem efeitos na redução do endometrioma no ovário⁶. Por sua vez, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são recursos terapêuticos que buscam a prevenção de doenças e a recuperação da



saúde. As práticas são institucionalizadas por meio da Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (PNPIC). ⁷

Nesse ínterim, as terapias complementares são métodos alternativos para o tratamento da endometriose, um exemplo é a acupuntura que pode melhorar a dor pélvica em mulheres com endometriose⁸. A acupuntura envolve a incorporação de agulhas no corpo para causar alterações que promovem alívio da dor. A técnica teve origem na MTC (Medicina Tradicional Chinesa), que evoluiu ao longo de mais de 2000 anos e desenvolveu uma teoria própria. De acordo com um relatório global de 2019 da Organização Mundial da Saúde (OMS), a acupuntura é o tipo de medicina tradicional mais complementar do mundo. ⁹

Há dados crescentes, contribuindo para o uso da acupuntura como uma medicação eficaz para reduzir os sintomas de dor em mulheres com endometriose. Ademais, os resultados da qualidade de vida mostram melhorias significativas nos grupos de acupuntura⁹.

Outra alternativa é o Tokishakuyakusan (TSS) que é um medicamento tradicional japonês avaliado como terapia no modelo de endometriose. ¹⁰ O experimento para avaliar a eficácia foi feito com camundongos e o número de cistos foram semelhantes à endometriose e o peso deles reduziu consideravelmente depois de 14 dias de tratamento com TSS. A quantidade de citocinas inflamatórias no soro não foi alterada pelo tratamento com TSS. A utilização de TSS diminuiu o mRNA de IL-33 em lesões semelhantes à endometriose e gerou redução da síntese alterada de IL-33 nos fluidos císticos das lesões. Os resultados indicam que o TSS obteve respostas positivas ao tratamento da hiperalgesia e a formação de lesões no modelo semelhante à endometriose acelerada por LPS. ¹⁰

A Cannabis, calor, meditação, descanso e reeducação alimentar por meio de dieta¹¹, moxibustão com laser de CO₂¹², dentre outros, também vem sendo evidenciado na literatura como terapias alternativas e complementares no tratamento da endometriose, que oferecem uma via terapêutica adicional. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo identificar as terapias complementares utilizadas no tratamento e alívio de sintomas de mulheres portadoras da endometriose.



MÉTODO

Desenho do estudo

Estudo de revisão integrativa, conduzido de acordo com as seguintes etapas: elaboração da questão de pesquisa, busca na literatura, categorização dos estudos, avaliação crítica, interpretação dos resultados e apresentação da revisão integrativa.

Estratégia de busca

Foram selecionadas para a pesquisa três bases de dados de acesso online: Pubmed/Medline, Cochrane e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Com um vocabulário controlado na estratégia de busca em cada uma das bases de dados bibliográficas, Pubmed/Medline (*MeSH terms*), Cochrane (*MeSH terms*) e BVS (*DeCs terms*), os seguintes termos foram utilizados: “*endometriosis*” “*Complementary Therapies*” “*signs and symptoms*”. O Operador booleano AND foi utilizado. A estratégia de busca proposta neste estudo foi realizada no dia 8 de março de 2023.

Seleção dos estudos

Para realizar esta pesquisa, a seguinte questão foi feita: Quais são as terapias complementares utilizadas no tratamento de mulheres portadoras da endometriose? A população do estudo incluiu mulheres com endometriose independente da idade. A intervenção estudada foi a terapia complementar. O grupo de comparação são mulheres sem terapia complementar no tratamento. O seguinte desfecho foi necessário: identificação dos tipos de terapia complementar, bem como, os resultados relacionados ao tratamento e controle dos sinais e sintomas da endometriose. Esses resultados incluíram resultados quantitativos, qualitativos ou mistos.

Todos os estudos identificados por meio da busca inicial nas bases de dados foram arquivados em um banco de dados preparado no *software* Excel (Versão 16.4). Os seguintes critérios de elegibilidade foram adotados: (1) estudos publicados nos últimos 5 anos (2019 a março 2023); (2) estudos sem restrição de idade ou uma faixa etária específica dentro da população de mulheres; (3) estudos com terapia complementar para endometriose e seus resultados; (4) estudos sem restrição do país de origem; (5) estudos no idioma inglês e português.

Após a identificação dos artigos por meio da busca nas bases de dados eletrônicas, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos estudos por dois revisores



independentes. Posteriormente, os estudos selecionados foram lidos na íntegra e realizado a extração das principais características e informações do estudo, por exemplo, título, autor, ano, país de realização do estudo, detalhes da metodologia, resultados e conclusão. Durante todo o processo as discordâncias entre os revisores foram resolvidas por consenso com a presença de um terceiro revisor, quando necessário. Os estudos duplicados foram removidos.

RESULTADOS

De acordo com a busca eletrônica foram encontradas um total de 32 referências: 26 (Pubmed) 6 (BVS) e 0 (Cochrane). Ao final de todo o processo foram selecionados para inclusão nesta revisão 14 artigos (Figura 1)

Dentre os estudos incluídos (n=14), a metodologia predominante foi revisão sistemática (n=4) e ensaios clínicos (n=4), seguidos de 3 estudos transversais, 1 estudo observacional, 1 estudo de revisão integrativa e 1 análise de conteúdo.

Em relação a influência das terapias complementares no tratamento de mulheres portadoras da endometriose, foi possível observar em 7 estudos o uso da acupuntura como principal tratamento. Outros 3 estudos demonstraram a associação do exercício físico e mudanças nos hábitos alimentares, além da acupuntura. Também foi identificado em 3 estudos o uso de outros métodos, como fisioterapia, homeopatia, fitoterapia, hidroterapia e medicamentos de base química. O uso de medicamentos tradicionais do Japão (TSS) e da China (GBH e BGD) foi reportado em 2 estudos. Um artigo demonstrou o uso do cannabis e o calor, além de terapias como meditação, mindfulness, descanso e dieta.

O TSS, medicamentos tradicionais do Japão, diminuiu o número e as dimensões das lesões císticas semelhantes à endometriose, já o GBH e o BGD diminuíram o tamanho de um endometrioma, regularizaram os níveis de CA 125 e, a dor pélvica, corrimento vaginal, inchaço e coceira também diminuíram em relação aos valores basais. Cannabis e calor apontaram resultados satisfatórios.

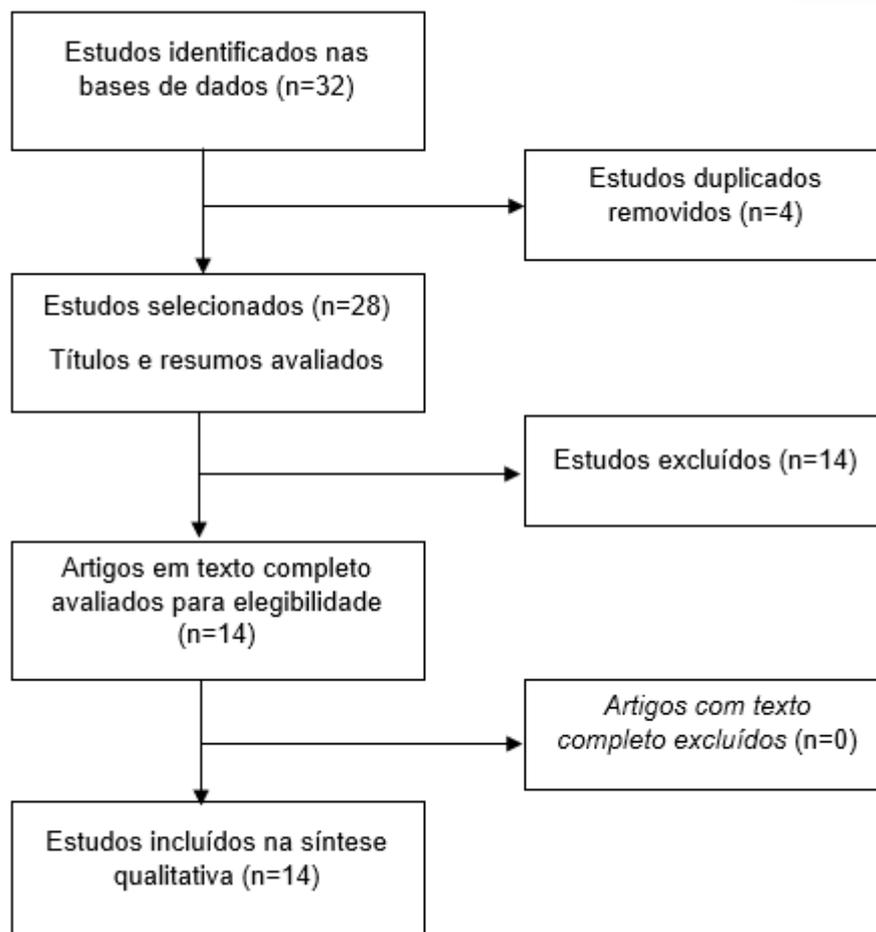


Figura 1. Fluxograma do processo de seleção dos estudos primários incluídos na revisão integrativa. Fonte: elaborado pelo autor.

DISCUSSÃO

O presente estudo analisou evidências disponíveis na literatura sobre tratamentos complementares para endometriose a fim de aliviar os sintomas dessas mulheres para uma melhor qualidade de vida. Na maioria dos estudos, a acupuntura apareceu como principal terapia complementar com alívio dos sintomas, principalmente a dor crônica pélvica. Outras terapias também foram eficazes, como o Tokishakuyakusan (TSS), um medicamento tradicional japonês, que diminuiu o número e dimensão de cistos semelhantes a endometriose. A administração do Gyejibokryeong-hwan (GHB) modificado e do Bogol-gongjin-dan (BGD) por 6 meses, diminuiu o tamanho do endometrioma no ovário direito. De um modo geral, os sintomas de dor pélvica, corrimento vaginal, inchaço e coceira também reduziram quando comparados aos valores basais.



Mira TAA et al.¹³ analisou diversos tratamentos complementares, como eletroterapia, ioga, exercício físico e acupuntura. Porém, apenas o último apresentou melhora significativa nos sintomas de dor na região pélvica.

Mirzaee F, Ahmadi A.¹ também observaram outros métodos relacionados ao estilo de vida, como tabagismo, dieta, ingestão de café e cafeína, além da atividade física já citada, mas, efeito significativo na redução do risco de endometriose ou na melhora de seu tratamento foi observado diretamente, somente a acupuntura reduziu com sucesso a dor e os níveis de marcadores relacionados (sérico CA-125).

Armour M et al.⁸ elegeu 29 participantes, mas somente 19 concluíram o estudo. O grupo de acupuntura teve uma taxa de retirada de 14% em comparação com 53% nos cuidados habituais. Uma diminuição de 1,9 ponto nas pontuações medianas de dor não menstrual e uma diminuição de 2,0 nas pontuações medianas de dor menstrual entre a linha de base e o final do estudo foram observadas apenas no grupo de acupuntura. Melhorias em todos os domínios do EHP-30 foram observadas no grupo de acupuntura, sem alterações observadas nos cuidados habituais. Não houve diferença entre a linha de base e o final do tratamento nas concentrações de IL-6 para nenhum dos grupos.

Gholiof M et al.¹¹ avaliou terapias complementares como calor, meditação/ mindfulness/descanso, dieta e cannabis. As terapias alternativas mais comuns não foram observadas com tratamento adequado. Cannabis e calor foram percebidos como terapias mais eficazes.

No que se refere, às limitações da presente revisão, salientam-se as restrições relativas ao número de base de dados selecionadas para a busca dos estudos, período de publicação das pesquisas (últimos quatro anos) e idioma (inglês e português). Assim, é imprescindível que continuem os estudos e trazer mais abordagens sobre a medicina alternativa uma vez que pode contribuir de forma eficaz na vida de uma mulher portadora de sintomas decorrentes da endometriose.

CONCLUSÃO

Dentre as terapias complementares a mais eficaz para o alívio da dor do pélvica a acupuntura. No entanto existem outras abordagens, que demonstram tendências positivas para atenuação dos sintomas da endometriose. Desse modo, essa pesquisa contribuiu para promover mais dados sobre tratamentos complementares para



garantir que mulheres portadoras dessa doença receba auxílio necessário para ter uma melhor qualidade de vida. Logo, devo encorajar novos investigadores a projetar estudos controlados para aumentar e apoiar sua aplicabilidade.

FINANCIAMENTO

Esta pesquisa não recebeu nenhum subsídio específico de agências de financiamento dos setores público, comercial ou sem fins lucrativos.

CONFLITO DE INTERESSE

Os autores declaram não haver conflito de interesse.



REFERÊNCIAS

1. Mirzaee F, Ahmadi A. Overview of the Effect of Complementary Medicine on Treating or Mitigating the Risk of Endometriosis. *Rev Bras Ginecol Obstet*. 2021 Dec;43(12):919-925. doi: 10.1055/s-0041-1735156. Epub 2021 Dec 21.
2. Malik A, Sinclair J, Ng CHM, Smith CA, Abbott J, Armour M. Allied health and complementary therapy usage in Australian women with chronic pelvic pain: a cross-sectional study. *BMC Womens Health*. 2022 Feb 11;22(1):37. doi: 10.1186/s12905-022-01618-z.
3. Reid R, Steel A, Wardle J, Adams J. Naturopathic Medicine for the Management of Endometriosis, Dysmenorrhea, and Menorrhagia: A Content Analysis. *J Altern Complement Med*. Feb;25(2):202-226. doi: 10.1089/acm.2018.0305. Epub 2018 Oct 31.
4. Liang R, Li P, Peng X, Xu L, Fan P, Peng J, Zhou X, Xiao C, Jiang M. Efficacy of acupuncture on pelvic pain in patients with endometriosis: study protocol for a randomized, single-blind, multi-center, placebo-controlled trial. 2018 Jun 7;19(1):314. doi: 10.1186/s13063-018-2684-6.
5. França PRC, Lontra ACP, Fernandes PD. Endometriosis: A Disease with Few Direct Treatment Options. *Molecules*. 2022 Jun 23;27(13):4034. doi: 10.3390/molecules27134034.
6. Park KS. The Efficacy and Safety of Korean Herbal Medicine in a Patient with Endometrioma of The Ovary: A Case Report. *Explore (NY)*. 2019 Mar-Apr;15(2):142-147. doi: 10.1016/j.explore.2018.06.007. Epub 2018 Aug 2.
7. Brasil. Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Acessado em: 20 abril 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics>
8. Armour M, Cave AE, Schabrun SM, Steiner GZ, Zhu X, Song J, Abbott J, Smith CA. Manual Acupuncture Plus Usual Care Versus Usual Care Alone in the Treatment of Endometriosis-Related Chronic Pelvic Pain: A Randomized Controlled Feasibility Study. *J Altern Complement Med*. 2021 Oct;27(10):841-849. doi: 10.1089/acm.2021.0004. Epub 2021 Jun 23.
9. Giese N, Heirs MK. Development of Provisional Acupuncture Guidelines for Pelvic Pain in Endometriosis Using an e-Delphi Consensus Process. *J Integr Complement Med*. 2023 Mar;29(3):169-180. doi: 10.1089/jicm.2022.0659. Epub 2022 Nov 28.
10. Nagira K, Taniguchi F, Nakamura K, Tokita Y, Tsuchiya N, Khine YM, Harada T. Tokishakuyakusan, a Kampo medicine, attenuates endometriosis-like lesions and hyperalgesia in murine with endometriosis-like symptoms. *Am J Reprod Immunol*. 2019 Nov;82(5):e13182. doi: 10.1111/aji.13182. Epub 2019 Sep 10.
11. Gholf M, Adamson-De Luca E, Foster WG, Leyland NA, Bridge-Cook P, Leonardi M, Wessels JM. Prevalence of Use and Perceived Effectiveness of Medical, Surgical, and Alternative Therapies for Endometriosis Pain in Canadians. *J Obstet Gynaecol Can*. 2023 Jan;45(1):11-20. doi: 10.1016/j.jogc.2022.11.003. Epub 2022 Nov 28.
12. Li T, Wang SY, Huang ZQ, Cai QH, Zhang S, Wang S, Tian T. [CO2 laser moxibustion for endometriosis related pelvic pain of cold coagulation and blood stasis: a



randomized controlled trial]. Zhongguo Zhen Jiu. 2022 Apr 12;42(4):397-401. Chinese. doi: 10.13703/j.0255-2930.20210421-0001.

13. Mira TAA, Buen MM, Borges MG, Yela DA, Benetti-Pinto CL. Systematic review and meta-analysis of complementary treatments for women with symptomatic endometriosis. Int J Gynaecol Obstet. 2018 Oct;143(1):2-9.

14. Gutman G, Nunez AT, Fisher M. Dysmenorrhea in adolescents. Curr Probl Pediatr Adolesc Health Care. 2022 May;52(5):101186. doi: 10.1016/j.cppeds.2022.101186. Epub 2022 May 4.

15. Yan Q, Li J, Zeng J. The role of acupuncture in the treatment of women with pain in endometriosis: A protocol for systematic review and meta-analysis. Medicine (Baltimore). 2021 Dec 10;100(49):e27582. doi: 10.1097/MD.00000000000027582.

16. O'Hara, Rebecca; Rowe, Heather; Fisher, Jane. Self-management in condition-specific health: a systematic review of the evidence among women diagnosed with endometriosis. BMC Womens Health ; 19(1): 80, 2019 06 19.