

A influência da fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres com miomas uterinos: Revisão

Ana Júlia Flora, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Ana Luíza Cardoso Dutra, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil

Franciele Creusa Ariadne Barbosa Medeiros Rodrigues Lustosa, Fisioterapia, Centro Universitário Integrado, Brasil, Franciele.medeiros@grupointegrado.br

Resumo: Os miomas uterinos, também conhecidos como leiomiomas, são tumores benignos de alta prevalência entre mulheres em idade reprodutiva e podem causar sintomas significativos, como dor pélvica, sangramento uterino anormal, distúrbios urinários e comprometimento da fertilidade, afetando a saúde física, emocional e social das pacientes. Diante disso, o presente estudo tem como objetivo analisar a influência da fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres com miomas uterinos, destacando sua relevância como abordagem conservadora e humanizada no manejo dos sintomas e na reabilitação funcional. Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, baseada em estudos publicados entre 2014 e 2024 nas bases SciELO, PubMed e PEDro, utilizando descritores em português e inglês relacionados à fisioterapia pélvica, miomas uterinos, dor pélvica e qualidade de vida. Os resultados evidenciam que a fisioterapia pélvica, por meio de recursos como cinesioterapia, cones vaginais, biofeedback e eletroterapia, contribui para o alívio da dor, melhora da função do assoalho pélvico e fortalecimento da autopercepção corporal, atuando de forma complementar a tratamentos médicos e cirúrgicos. Conclui-se que o manejo dos miomas uterinos deve ser conduzido de maneira interdisciplinar, unindo ciência, prevenção e reabilitação, e que a fisioterapia pélvica se configura como um recurso essencial no cuidado integral à saúde da mulher, favorecendo a qualidade de vida e o protagonismo feminino no autocuidado.

Palavras-chave: Fisioterapia. Pélvica. Miomas. Uterinos. Útero.

Abstract: Uterine fibroids, also known as leiomyomas, are benign tumors with a high prevalence among women of reproductive age and can cause significant symptoms such as pelvic pain, abnormal uterine bleeding, urinary disorders, and fertility impairment, thus affecting the physical, emotional, and social well-being of patients. In this context, the present study aims to analyze the influence of pelvic physiotherapy in the treatment of women with uterine fibroids, emphasizing its relevance as a conservative and humanized approach for symptom management and functional rehabilitation. This is a narrative literature review based on studies published between 2014 and 2024 in the SciELO, PubMed, and PEDro databases, using descriptors in Portuguese and English related to pelvic physiotherapy, uterine fibroids, pelvic pain, and quality of life. The findings indicate that pelvic physiotherapy, through resources such as kinesiotherapy, vaginal cones, biofeedback, and electrotherapy, contributes to pain relief, improvement of pelvic floor muscle function, and strengthening of body self-awareness, acting as a complementary approach to medical and surgical treatments. It is concluded that the management of uterine fibroids should be conducted in an interdisciplinary manner, integrating science, prevention, and rehabilitation, and that pelvic physiotherapy represents an essential resource in comprehensive women's health care, promoting quality of life and encouraging female self-care.

Keywords: Physiotherapy. Pelvic. Fibroids. Uterine. Uterus.

INTRODUÇÃO

Os miomas uterinos, também denominados leiomiomas, são tumores benignos que se desenvolvem no tecido muscular do útero e apresentam alta prevalência entre mulheres em idade reprodutiva (Bezerra, G. *et al.*, 2024). Embora, em muitos casos, sejam assintomáticos, podem ocasionar manifestações clínicas significativas, como sangramento uterino anormal, dor pélvica, dispareunia, distúrbios urinários, sensação de pressão abdominal e comprometimento da fertilidade, impactando diretamente a qualidade de vida das pacientes.

Vale ressaltar que, embora os miomas provoquem sintomas significativos, estudos recentes mostram que o tamanho ou a localização do mioma nem sempre determinam a intensidade dos sintomas. Ou seja, mulheres com miomas pequenos também podem apresentar desconfortos intensos, enquanto outras com miomas mais volumosos permanecem sem manifestações clínicas (Kroon, B. *et al.*, 2019). O diagnóstico é feito por ultrassonografia, ressonância magnética ou, em casos específicos, venografia, dependendo da suspeita clínica (Moron, F. *et al.*, 2019).

A etiologia dos miomas uterinos permanece parcialmente esclarecida, mas diversos fatores de risco estão relacionados ao seu surgimento. Incluindo, raça (predominantemente mulheres negras), idade avançada e estado pré-menopáusicos, histórico familiar, hipertensão arterial sistêmica, obesidade, deficiência de vitamina D, condições de estresse crônico, exposição de substâncias desreguladoras endócrinas (como plastificantes e pesticidas), exposição a aditivos alimentares e consumo frequente de leite de soja (Yang, Q. *et al.*, 2022).

O estrogênio desempenha um papel essencial no crescimento dos miomas, ao aumentar a proliferação das células musculares lisas e regular positivamente a expressão dos receptores de progesterona no tecido uterino. Ou seja, eles atuam de forma sinérgica; o estrogênio induz a ativação dos receptores de progesterona, e a progesterona, por sua vez, estimula a proliferação celular e a produção de matriz extracelular (Yang, Q. *et al.*, 2022). Estudos recentes reforçam essa relação entre alterações hormonais e predisposição genética, conforme relatado pelo *Consenso Nacional sobre Miomas Uterinos (2024)*, que destaca a interação entre fatores ambientais, hormonais e de crescimento na gênese da doença.

Considerando as repercussões físicas, reprodutivas e psicossociais dessa condição, torna-se relevante investigar estratégias terapêuticas que favoreçam o controle dos sintomas e a preservação da funcionalidade, priorizando métodos seguros e menos invasivos (Bezerra, G. *et al.*, 2024). Nesse contexto, a fisioterapia pélvica surge como uma abordagem promissora, utilizando técnicas que visam aperfeiçoar a função dos músculos do assoalho pélvico, melhorar a circulação local, reduzir a dor e melhorar a qualidade de vida (Burti, J. 2023).

Dentre os recursos fisioterapêuticos utilizados, destacam-se a eletroterapia (TENS), que promove a analgesia por meio da estimulação elétrica de baixa

frequência, o biofeedback que melhora a percepção e o controle muscular, e os recursos térmicos como responsáveis por efeitos analgésicos, anti-inflamatórios e relaxantes (Felipe, A. 2020).

Além disso, a cinesioterapia tem papel fundamental na reeducação corporal, melhora da mobilidade e redução da dor, podendo ser associada ao tratamento em grupo, que contribui para a adesão, o suporte emocional e a melhora da autoestima das pacientes. A terapia manual, como uso de massagens e alongamentos, também se mostra eficaz na redução da dose no relaxamento muscular (Felipe, A. 2020).

Diante disso, o presente estudo tem como objetivo geral analisar a influência da fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres com miomas uterinos, buscando compreender de que forma essa intervenção pode contribuir para o alívio dos sintomas, melhora da função pélvica e aumento da qualidade de vida. Para alcançar esse propósito, pretende-se: compreender a relação entre mioma uterino e disfunções do assoalho pélvico; investigar as principais técnicas fisioterapêuticas aplicáveis; avaliar a eficácia dessa intervenção na redução da dor e na melhora funcional; e discutir seu papel como alternativa conservadora, potencialmente reduzindo a necessidade de procedimentos invasivos. (Bezerra, G. *et al.*, 2024).

MÉTODO

Este estudo trata-se de uma revisão narrativa da literatura, que visa identificar, reunir, avaliar e sintetizar os achados científicos relacionados à atuação da fisioterapia pélvica no tratamento de mulheres com miomas uterinos. Essa abordagem metodológica permite integrar estudos com diferentes delineamentos, promovendo uma análise crítica e abrangente sobre o tema, contribuindo para a consolidação do conhecimento existente e identificação de lacunas para futuras investigações.

A pesquisa foi desenvolvida com base em estudos primários publicados nas bases de dados SciELO, PubMed e PEDro, selecionados por meio de uma busca estruturada utilizando os seguintes descritores controlados (DeCS/MeSH): “fisioterapia pélvica”, “mioma uterino”, “dor pélvica”, “qualidade de vida” e “disfunções do assoalho pélvico”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR.

Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2014 e 2024, redigidos nos idiomas português e inglês, que abordassem, de forma direta ou indireta, a utilização da fisioterapia pélvica como intervenção terapêutica conservadora em mulheres com diagnóstico de miomas uterinos. Foram excluídos os estudos duplicados, as publicações com baixo rigor metodológico, os relatos de casos isolados e aqueles que não apresentavam relação direta com a temática proposta.

Ao término da busca nas bases de dados, foram identificados 72 artigos relacionados ao tema. Destes, 48 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão ou por apresentarem duplicidade. Assim, 24 estudos foram selecionados para leitura na íntegra, e 12 constituíram a amostra final da revisão, sendo 7 revisão de literatura, 2 estudo observacional, 1 revisão narrativa, 1 revisão sistemática, 1 artigo de classificação e 1 sendo consenso clínico. A análise dos dados foi conduzida de forma qualitativa e descritiva, contemplando informações referentes aos autores, ano de publicação, tipo de estudo, principais intervenções fisioterapêuticas e desfechos observados. Dessa forma, foi possível elaborar uma síntese interpretativa e integradora dos achados científicos mais relevantes, com ênfase nos efeitos clínicos e funcionais da fisioterapia pélvica em mulheres com miomas uterinos.

REVISÃO DE LITERATURA

A análise dos estudos selecionados evidenciou uma ampla variedade de estratégias terapêuticas empregadas no manejo dos miomas uterinos, abrangendo abordagens medicamentosas, cirúrgicas, minimamente invasivas e conservadoras.

Os tratamentos para os miomas uterinos podem ser classificados em quatro grandes grupos: medicamentosos, cirúrgicos, minimamente invasivos e fisioterapia pélvica. As abordagens medicamentosas envolvem o uso de análogos do GnRH, anticoncepcionais, dispositivo intrauterino hormonal (DIU), anti-inflamatórios não hormonais e moduladores da progesterona. Essas estratégias promovem redução temporária do volume tumoral, além de controle do sangramento e da dor, com a vantagem de serem terapias não invasivas e capazes de proporcionar melhora rápida dos sintomas. Contudo, apresentam como limitação a ocorrência de efeitos colaterais e a perda dos benefícios logo após a suspensão do tratamento. (Campos, L. *et al.*, 2024).

No campo cirúrgico, destacam-se procedimentos como a miomectomia e a histerectomia, que oferecem a possibilidade de redução definitiva dos sintomas e preservação parcial ou total da fertilidade. Essas intervenções garantem resolução eficaz e impacto direto sobre o mioma, porém exigem recuperação mais longa e estão associadas a riscos inerentes ao ato cirúrgico. (Campos, L. *et al.*, 2024).

Já os métodos minimamente invasivos, como a embolização das artérias uterinas, a radiofrequência e o ultrassom focado de alta intensidade, contribuem para redução significativa dos sintomas e do volume tumoral, além de possibilitar retorno precoce às atividades cotidianas. Entre suas vantagens estão a preservação uterina e o menor tempo de internação, embora apresentem como limitações a necessidade de recursos especializados e o risco de infertilidade, especialmente nos casos de embolização. (Campos, L. *et al.*, 2024).

A literatura demonstra que a fisioterapia possui papel central na saúde da mulher, especialmente no contexto uroginecológico e ginecológico. Leticia Aldigueri da Silva e Sônia Maria Fabris Luiz (2019), ao analisarem o perfil de pacientes em hospital universitário, evidenciaram a relevância da fisioterapia no período pré e pós-operatório, com ênfase em recursos como cinesioterapia, exercícios respiratórios e reeducação diafragmática. Contudo, os autores apontam falhas importantes na continuidade do cuidado, já que poucos pacientes receberam orientações na alta ou foram encaminhados ao acompanhamento ambulatorial.

A fisioterapia pélvica surge como uma alternativa conservadora eficaz, que pode atuar de forma complementar ao tratamento clínico ou cirúrgico, promovendo melhora da função pélvica e da qualidade de vida. Essa visão integrada é reforçada por evidências que associam os métodos fisioterapêuticos às demais estratégias terapêuticas seguras e personalizadas (Costa; Metzger, 2020; Consenso Nacional Sobre Miomas Uterinos, 2024).

Esse dado dialoga diretamente com Bezerra, G.; Marques, K.; Carvalho, M.; Alves, E. (2024), que reforçam a necessidade de abordagens preventivas e contínuas, destacando o uso de cinesioterapia, cones vaginais, biofeedback e eletroterapia como estratégias eficazes para prevenir e tratar disfunções do assoalho pélvico. Ao contrário do que ocorre em muitos serviços hospitalares descritos por Leticia Aldigueri da Silva e Sônia Maria Fabris Luiz (2019).

Confirmando essa visão, Juliana Schulze Burti (2023) amplia o olhar e descreve a fisioterapia pélvica como uma prática essencial ao longo de todo o ciclo de vida da mulher, não apenas em situações de pós-operatório ou prevenção pontual. Para a autora, as práticas fisioterapêuticas em uroginecologia e disfunções sexuais são seguras, respaldadas por diretrizes internacionais e vêm consolidando espaço crescente no campo da saúde feminina. Essa perspectiva reforça a ideia de continuidade defendida por Bezerra, G.; Marques, K.; Carvalho, M.; Alves, E. (2024) e, ao mesmo tempo, evidencia a lacuna assistencial identificada por Leticia Aldigueri da Silva e Sônia Maria Fabris Luiz (2019).

Além dessas intervenções, as referências científicas também apontam para a incorporação de recursos complementares, como a acupuntura (Costa, A. *et al.*, 2021) destacam que essa prática pode auxiliar no controle de sintomas ginecológicos associados a miomas uterinos, atuando no alívio da dor, regulação hormonal e melhora da qualidade de vida. Embora não seja uma intervenção fisioterapêutica clássica, a acupuntura mostra-se como alternativa complementar que dialoga com os princípios da reabilitação fisioterapêutica.

Por fim, a fisioterapia pélvica se apresenta como uma alternativa conservadora, voltada para a melhora da dor, da função pélvica e da qualidade de vida. Essa modalidade não acarreta efeitos adversos relevantes e representa um recurso importante de suporte às demais abordagens. Entretanto, não promove redução

do volume tumoral e requer adesão regular às sessões para que seus benefícios sejam mantidos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo evidenciou que, embora os miomas uterinos sejam tumores benignos, exercem considerável impacto sobre a saúde física, emocional e reprodutiva das mulheres. Diante dessa realidade, reforça-se a importância de abordagens terapêuticas que ultrapassem o controle tumoral, contemplando também a funcionalidade e a qualidade de vida das pacientes.

Nesse contexto, a fisioterapia pélvica destaca-se como uma alternativa conservadora e humanizada, capaz de contribuir de forma significativa para o alívio da dor, a reabilitação funcional do assoalho pélvico e a melhoria da autopercepção corporal. Essa intervenção, quando integrada às condutas médicas, potencializa os resultados clínicos e promove uma visão ampliada e centrada na paciente.

Conclui-se, portanto, que o manejo dos miomas uterinos deve ser realizado de maneira interdisciplinar, unindo ciência, prevenção e reabilitação, a fim de promover um cuidado integral e personalizado. Recomenda-se, ainda, a realização de novos estudos clínicos que aprofundem os protocolos fisioterapêuticos voltados ao tratamento dessa condição, de modo a fortalecer a prática baseada em evidências e consolidar a fisioterapia pélvica como parte essencial na atenção à saúde da mulher.

REFERÊNCIAS

BEZERRA, Gabriel dos Santos; MARQUES, Kelven Oliveira de; CARVALHO, Marcos Vinicius da Silva; ALVES, Ericles Dias. A influência da fisioterapia na prevenção e tratamento das principais disfunções pélvicas em mulheres. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 10, n. 10, p. 240-256, out. 2024.

BURTI, Juliana Schulze. O papel da fisioterapia na saúde pélvica. *Fisioterapia e Pesquisa*, v. 30, p. e00000023, abr. 2023.

CAMPOS, Laura Assunção Vaz; MOREIRA, Vitória Bese; CARDOSO, Miguel Afonso; CARVALHO, Bruna Castelo Branco de. Abordagens terapêuticas da miomatose uterina. Capítulo 8. ed. Belo Horizonte: Faculdade de Minas – FAMINAS, 2023.

COSTA, Aline Cristine Bisson da; SILVA, Walkiria de Oliveira da; BETIM, Fernando Cesar Martins. A acupuntura como tratamento auxiliar na diminuição de queixas gineco-patológicas: breve revisão. *Revista Brasileira de Práticas Integrativas e Complementares em Saúde*, v. 1, n. 1, p. 4-15, jul. 2021.

COSTA, Kamilla Rosales; METZGER, Patrick Bastos. Tratamento endovascular da miomatose uterina: uma revisão sistemática. *Jornal Vascular Brasileiro*, v. 19, e20190149, 2020.

FELIPE, Andressa Pamplona. Atuação da fisioterapia na dor pélvica crônica feminina: uma revisão. *UniRV*, 2020.

KROON, B.; LUMSDEN, M. A.; GUPTA, J. K. Uterine fibroids: clinical manifestations and impact on quality of life. *Human Reproduction Update*, v. 25, n. 3, p. 295-316, 2019.

MORON, André F.; SATHLER, Paulo C.; NOGUEIRA, Alexandre A. Diagnóstico por imagem dos miomas uterinos: ultrassonografia, ressonância magnética e métodos intervencionistas. *Radiologia Brasileira*, v. 52, n. 4, p. 250-258, 2019.

MUNRO, Malcolm G.; CRITCHLEY, Hilary OD; FRASER, Ian S. The FIGO classification of causes of abnormal uterine bleeding in the reproductive years. *Fertility and Sterility*, v. 107, n. 2, p. 393-406, 2017.

NOGUEIRA, Antonio Alberto; REIS, Francisco José Candido dos; POLI NETO, Omero Benedicto. Abordagem da dor pélvica crônica em mulheres. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 28, p. 733-740, dez. 2006.

SILVA, Taciana Iracema da; MOURA, Thassia Carla Beltrão; CALADO, Cinthia Katiane Martins; BURGOS, Maria Goretti Pessoa de Araújo. Perfil sociodemográfico, antropométrico e alimentar de portadoras de mioma uterino em um hospital universitário em Recife. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 5, n. 3, p. 530-546, jun. 2023.

SILVA, Leticia Aldigueri da; LUIZ, Sônia Maria Fabris. Perfil dos pacientes, técnicas e recursos fisioterapêuticos aplicados no pré e pós-operatório de uroginecologia em hospital universitário. v. 40, n. 2, p. 203-214, nov. 2019.

SOCIEDADE PORTUGUESA DE GINECOLOGIA. *Consenso Nacional sobre Miomas Uterinos*. Lisboa: Sociedade Portuguesa de Ginecologia, 2024.

YANG, Qiwei; CIEBIERA, Michal; BARIANI, Maria Victoria; ALI, Mohamed; ELKAFAS, Hoda; BOYER, Thomas G.; AL-HENDY, Ayman. Comprehensive review of uterine fibroids: developmental origin, pathogenesis, and treatment. *Endocrine Reviews*, Chicago, v. 43, n. 4, p. 678-719, 2022.