

O IMPACTO DA ENDOMETRIOSE NA SAÚDE MENTAL DA MULHER

Fabline Fernandes de Almeida Vaz⁽¹⁾,
Júlia Soares Macêdo Araújo Manduca⁽²⁾,
Maria Clara Barbosa Rocha⁽³⁾,
Valdeci Ferreira dos Santos Alexandre⁽⁴⁾,
Larissa Jácome Barros Silvestre⁽⁵⁾.

Resumo – A endometriose é uma condição ginecológica crônica caracterizada pela presença de tecido semelhante ao endométrio fora da cavidade uterina, causando dor intensa e limitações funcionais que afetam diretamente a qualidade de vida das mulheres. Além do impacto físico, a doença repercute de maneira significativa na saúde mental, devido à dor persistente, ao diagnóstico frequentemente tardio, às dificuldades nos relacionamentos sociais e à possibilidade de infertilidade. Esta revisão bibliográfica descritiva e qualitativa, realizada nas bases SciELO, PubMed e LILACS, teve como objetivo analisar a relação entre a endometriose e o desenvolvimento de sintomas psicossociais, como ansiedade, depressão e sofrimento emocional. Foram incluídos estudos publicados entre 2018 e 2024 que abordassem os efeitos psicológicos da doença. A análise temática dos artigos permitiu identificar os principais fatores associados ao sofrimento mental e propor medidas de cuidado integral. Observou-se que a abordagem terapêutica centrada apenas nos sintomas físicos é insuficiente. Assim, reforça-se a importância do cuidado multidisciplinar que contemple acompanhamento psicológico, acolhimento humanizado e educação em saúde a fim de promover o bem-estar emocional e melhorar a qualidade de vida das mulheres com endometriose.

Palavras-chave: Ansiedade; Bem-estar; Depressão; Dor pélvica; Infertilidade; Saúde da mulher; Aspectos psicossociais.

Introdução

A endometriose é uma condição crônica e inflamatória que afeta milhões de mulheres em todo o mundo, caracterizada pela presença de tecido semelhante ao endométrio fora da cavidade uterina (Costa; Santos; Oliveira, 2022). Essa doença pode comprometer órgãos como ovários, trompas, bexiga e intestino, causando dor intensa, irregularidades menstruais e, em muitos casos, infertilidade. Além dos impactos físicos, a endometriose interfere profundamente no bem-estar emocional e social das mulheres, limitando suas atividades cotidianas e afetando sua qualidade de vida (Moura Lopes, 2022).

O diagnóstico, frequentemente tardio, resulta da falta de conhecimento sobre a doença e da naturalização da dor menstrual, o que contribui para o sofrimento prolongado e o isolamento das pacientes (Souza et al., 2021). Compreender o impacto da endometriose vai muito além da esfera biológica — envolve reconhecer os desafios enfrentados pelas mulheres no contexto físico, psicológico e social, bem como a

¹ Graduanda do curso de medicina do AFYA Porto Nacional. fablinefernandes@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1692863940448385>.

² Graduanda do curso de medicina do AFYA Porto Nacional. juliasoares90505@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1844201131603310>.

³ Graduanda do curso de medicina do AFYA Porto Nacional. mariaclara080305@gmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/7491675174033733>

⁴ Graduanda do curso de medicina do AFYA Porto Nacional. valdecifalexandre@hotmail.com. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1615540503934899>.

⁵ Professora Doutora do curso de medicina do AFYA Porto Nacional. larissa.silvestre@afya.com.br. Lattes: <http://lattes.cnpq.br/6199915058357882>.

importância do diagnóstico precoce e do acolhimento profissional humanizado (Santos; Ferreira; Lima, 2023).

Observa-se que o diagnóstico tardio e a falta de compreensão da sociedade sobre a endometriose intensificam o sofrimento psíquico, gerando sentimentos de frustração, isolamento e desesperança. Nesse sentido, o cuidado deve ir além do tratamento físico, incluindo acolhimento e acompanhamento psicológico adequados.

Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica descritiva e qualitativa desenvolvida na área de saúde da mulher, abrangendo o período de 2018 a 2024. O estudo seguiu quatro etapas: definição do tema, levantamento bibliográfico, seleção do material e análise dos resultados.

A pesquisa foi conduzida nas bases SciELO, PubMed e LILACS, utilizando os descritores “endometriose”, “saúde mental”, “depressão” e “ansiedade”, combinados pelos operadores booleanos AND e OR. Foram incluídos artigos em português e inglês que abordassem os impactos psicológicos da endometriose e excluídos estudos duplicados, revisões sem metodologia clara e publicações fora do período proposto.

Os dados foram analisados por meio de análise temática qualitativa, permitindo identificar os principais efeitos da endometriose sobre a saúde mental, como sintomas ansiosos, depressivos e prejuízos à qualidade de vida.

Resultados e Discussão

Os estudos analisados evidenciaram que a endometriose exerce impacto expressivo sobre a saúde mental feminina. A dor pélvica crônica foi o fator mais associado ao desenvolvimento de sintomas de ansiedade e depressão (Moura; Santos, 2022; Costa et al., 2023). Essa dor contínua interfere nas atividades cotidianas, no desempenho profissional e nas relações interpessoais, levando à exaustão emocional e ao afastamento social.

Além do sofrimento físico, há relatos frequentes de alterações de humor, distúrbios do sono e queda da autoestima, fatores que, segundo Moraes, Souza e Lima (2022), compõem um ciclo de sofrimento difícil de romper sem suporte terapêutico. O sentimento de impotência diante da dor e a incerteza em relação ao

futuro, principalmente pela possibilidade de infertilidade, ampliam a vulnerabilidade emocional e a sensação de desesperança.

O diagnóstico tardio, que pode levar de 7 a 10 anos após o início dos sintomas, é outro ponto crítico. A falta de preparo de alguns profissionais e o estigma em torno da dor menstrual fazem com que muitas mulheres passem por longos períodos de negligência e incompreensão (Fernandes et al., 2023). Essa demora gera não apenas o avanço da doença, mas também o agravamento de transtornos emocionais, como ansiedade generalizada e depressão recorrente.

As dificuldades reprodutivas e o medo da infertilidade aparecem como fontes marcantes de sofrimento psicológico, afetando a percepção de feminilidade e a identidade pessoal. Muitas mulheres relatam conflitos conjugais, perda de libido e insegurança emocional, o que reforça a necessidade de um tratamento que vá além do controle dos sintomas físicos (Moraes; Souza; Lima, 2022).

A literatura também aponta que terapias unicamente medicamentosas ou cirúrgicas são insuficientes para restaurar a qualidade de vida (Silva; Almeida, 2020). Programas que integram apoio psicológico, terapias de grupo, educação em saúde e práticas integrativas — como meditação e fisioterapia pélvica — mostraram-se eficazes em reduzir o sofrimento emocional e melhorar a adesão ao tratamento.

Por fim, destaca-se que a criação de políticas públicas voltadas à capacitação de profissionais, à educação menstrual e à ampliação do acesso ao diagnóstico precoce é essencial para romper o ciclo de dor e negligência que acompanha as mulheres com endometriose.

Considerações Finais

A endometriose é uma condição que ultrapassa os limites físicos e atinge diretamente o equilíbrio emocional e social das mulheres. O sofrimento mental causado pela dor, pelo diagnóstico tardio e pelas dificuldades reprodutivas exige uma abordagem terapêutica multidisciplinar, que envolva profissionais de diferentes áreas — incluindo ginecologia, psicologia e fisioterapia.

A promoção da saúde mental dessas mulheres depende de um olhar integral e humanizado, que reconheça a dimensão biopsicossocial da doença. Políticas públicas de capacitação profissional, educação sobre saúde menstrual e estratégias de acolhimento humanizado são fundamentais para reduzir o sofrimento emocional e melhorar os desfechos clínicos e sociais das mulheres com endometriose.

Reconhecer a dimensão psicológica da endometriose é essencial para garantir um cuidado verdadeiramente integral à saúde da mulher.

Referências

Brasil. *Endometriose: diagnóstico e tratamento*. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

Costa, L. R.; Santos, M. F.; Oliveira, A. C. Aspectos psicológicos e sociais da endometriose em mulheres brasileiras. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 45, n. 3, p. 145–152, 2023.

Fernandes, R. C. et al. Desafios no diagnóstico e tratamento da endometriose. *Revista Brasileira de Saúde da Mulher*, 2023.

Moraes, D. P.; Souza, K. A.; Lima, V. R. Impacto da endometriose na qualidade de vida e saúde mental feminina. *Revista de Saúde e Pesquisa*, v. 15, n. 1, p. 45–54, 2022.

Moura, A. L.; Lopes, P. R. Endometriose: desafios no diagnóstico e tratamento. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 44, n. 3, p. 215–222, 2022.

Moura, A. P.; Santos, E. L. Impactos psicológicos da endometriose. *Revista Psicologia & Saúde*, 2022.

Santos, G. F.; Ferreira, T. M.; Lima, C. R. O impacto da endometriose na qualidade de vida feminina. *Revista de Enfermagem e Saúde Pública*, v. 11, n. 1, p. 55–63, 2023.

Silva, L. F.; Almeida, C. G. Abordagem multidisciplinar na endometriose. *Jornal Brasileiro de Ginecologia*, 2020.

Souza, M. C. et al. Aspectos clínicos e psicossociais da endometriose: uma revisão integrativa. *Revista de Saúde da Mulher*, v. 19, n. 2, p. 87–95, 2021.