

ACUPUNTURA COM PONTOS ESPECÍFICOS NO CONTROLE DA DOR PÉLVICA EM MULHERES COM ENDOMETRIOSE: REVISÃO INTEGRATIVA

ACUPUNCTURE WITH SPECIFIC POINTS IN THE CONTROL OF PELVIC PAIN IN WOMEN WITH ENDOMETRIOSIS: AN INTEGRATIVE REVIEW

Maria Geralda Rodrigues Alves¹

RESUMO: INTRODUÇÃO: A endometriose é uma condição ginecológica crônica, inflamatória e estrogênio-dependente, caracterizada pela presença de tecido semelhante ao endométrio fora da cavidade uterina. Entre suas principais manifestações clínicas estão dor pélvica crônica (DPC), dismenorreia, dispareunia, infertilidade e comprometimentos funcionais, emocionais e sociais que afetam a qualidade de vida. Práticas integrativas e complementares, como a acupuntura, têm sido adotadas como recurso adjuvante no manejo da dor e dos sintomas associados. **OBJETIVO:** Identificar as evidências científicas acerca das estratégias de controle da dor com pontos específicos de acupuntura em mulheres com endometriose, considerando seus efeitos na qualidade de vida. **MÉTODO:** Revisão integrativa da literatura, fundamentada na Prática Baseada em Evidências. A busca foi realizada nas bases BVS, SciELO, LILACS e BDeInf, utilizando descritores relacionados à endometriose, acupuntura, dor pélvica e qualidade de vida. Foram incluídos artigos publicados entre 2021 e 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês e espanhol. **RESULTADOS:** Foram selecionados 10 artigos, organizados em quatro categorias temáticas: efeitos da acupuntura no controle da dor pélvica e dismenorreia; pontos específicos e protocolos terapêuticos utilizados; impactos na qualidade de vida e bem-estar emocional; e sintomas associados e repercussões funcionais. Os estudos demonstraram que a acupuntura promoveu redução significativa da intensidade da DPC, com melhora progressiva de sintomas associados e das dimensões funcionais e emocionais da qualidade de vida. **CONCLUSÃO:** A acupuntura com pontos específicos constitui intervenção complementar com evidências de nível moderado, crescente em consistência metodológica, no manejo da DPC e dos sintomas associados à endometriose, podendo contribuir para a melhora do bem-estar funcional e emocional das pacientes.

Palavras-chave: Endometriose. Acupuntura. Dor pélvica. Qualidade de vida. Manejo da dor.

¹ Pós-graduada em Acupuntura, INCISA IMAN, 2014. Enfermagem — Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), 2002. Enfermeira Assistencial (2002-2014) — Maternidade, CTI Neonatal e CTI Adulto.

ABSTRACT: INTRODUCTION: Endometriosis is a chronic, inflammatory, estrogen-dependent gynecological condition characterized by the presence of endometrial-like tissue outside the uterine cavity. Its main clinical manifestations include chronic pelvic pain, dysmenorrhea, dyspareunia, infertility, and significant impairments in quality of life. Integrative and complementary practices, such as acupuncture, have been used as complementary therapeutic strategies in pain management. **OBJECTIVE:** To identify scientific evidence on pain control strategies using specific acupuncture points in women with endometriosis, considering their effects on quality of life. **METHOD:** Integrative literature review based on Evidence-Based Practice. Searches were conducted in BVS, SciELO, LILACS and BDEnf databases. Articles published between 2021 and 2026, available in full, in Portuguese, English or Spanish were included. **RESULTS:** Ten articles were selected and organized into four thematic categories: acupuncture effects on pelvic pain and dysmenorrhea; specific points and therapeutic protocols; impacts on quality of life and emotional well-being; and associated symptoms and functional repercussions. **CONCLUSION:** Acupuncture with specific points constitutes a complementary intervention with moderate-level evidence, growing in methodological consistency, for the management of chronic pelvic pain and symptoms associated with endometriosis, contributing to improvements in the functional and emotional well-being of affected patients.

Keywords: Endometriosis. Acupuncture. Pelvic pain. Quality of life. Pain management.

I. INTRODUÇÃO

A endometriose é uma condição ginecológica crônica e inflamatória, caracterizada pela presença de tecido semelhante ao endométrio fora da cavidade uterina. Pode acometer estruturas como ovários, ligamentos uterinos, intestino e bexiga, afetando principalmente mulheres em idade reprodutiva. Entre suas manifestações mais frequentes estão dor pélvica crônica (DPC), infertilidade e comprometimentos que incidem sobre o sono, a sexualidade e o desempenho profissional das pacientes.

As manifestações clínicas da endometriose variam desde quadros assintomáticos até sintomas incapacitantes. Entre os mais frequentes estão dismenorreia, dispareunia, dor pélvica persistente, alterações intestinais e urinárias relacionadas ao ciclo menstrual, fadiga e infertilidade. A persistência desses sintomas pode comprometer a funcionalidade cotidiana, a sexualidade, os relacionamentos interpessoais e o desempenho profissional das pacientes.

Além dos sintomas físicos, a endometriose envolve repercussões emocionais e sociais relevantes. Muitas mulheres convivem durante anos com sintomas intensos antes de receberem diagnóstico adequado, especialmente diante da naturalização da dor menstrual e da

desvalorização das queixas relacionadas ao ciclo menstrual, vivenciando esse processo frequentemente desde a menarca. Esse cenário favorece sofrimento psicológico, ansiedade, insegurança e restrições na vida social, afetiva e profissional (SILVA et al., 2021).

A dor pélvica crônica (DPC) constitui uma das principais causas de encaminhamento de mulheres aos serviços de saúde e não se trata de uma doença isolada, mas de um quadro clínico que pode ser desencadeado por diferentes afecções, frequentemente associado a disfunção sexual, ansiedade e depressão. A maior compreensão dos mecanismos da dor conduziu a uma mudança na abordagem dessa afecção, anteriormente estritamente biomédica, para um acolhimento multidisciplinar (RIBEIRO; ABDALLA-RIBEIRO; ERAS, 2020).

O tratamento da endometriose pode incluir abordagens medicamentosas, cirúrgicas e estratégias complementares voltadas ao controle sintomático e à melhora funcional das pacientes. Entretanto, as abordagens convencionais nem sempre apresentam resultados satisfatórios no manejo da DPC e dos sintomas associados, levando muitas pacientes a buscarem práticas integrativas em saúde. Nesse contexto, a acupuntura tem sido adotada como recurso terapêutico complementar no cuidado à mulher com endometriose.

A prática integra a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) e baseia-se na estimulação de pontos específicos distribuídos ao longo dos meridianos corporais. De acordo com a MTC, a endometriose é compreendida como expressão de desequilíbrio energético — com estagnação de Sangue e Qi —, sendo a acupuntura indicada para remover essa estagnação, fortalecer o Yang do Rim e aliviar os sintomas algícos (CARVALHO; ALMEIDA; TORRES, 2023).

A utilização de pontos específicos de acupuntura no cuidado a mulheres com endometriose está frequentemente relacionada ao manejo da DPC, dismenorreia, alterações menstruais, tensão emocional, distúrbios do sono e outros sintomas que impactam a qualidade de vida. A seleção dos pontos não ocorre aleatoriamente, mas a partir de estratégias construídas conforme os sintomas apresentados, o padrão clínico observado e os objetivos terapêuticos definidos no acompanhamento individualizado.

Adicionalmente, mulheres com endometriose frequentemente apresentam sintomas associados, como alterações do sono, fadiga, ansiedade, enxaqueca, mastalgia, redução da libido e sofrimento relacionado à fertilidade. Essas manifestações reforçam a importância de planos terapêuticos que integrem as dimensões físicas, emocionais e sociais do adoecimento, superando abordagens restritas ao controle sintomático imediato.

Diante disso, esta revisão integrativa busca identificar as evidências científicas acerca das estratégias de controle da dor com pontos específicos de acupuntura em mulheres com endometriose, considerando seus efeitos na qualidade de vida.

2. METODOLOGIA

A presente pesquisa consiste em uma revisão integrativa da literatura, fundamentada na Prática Baseada em Evidências (PBE). Esse método possibilita reunir, analisar e sintetizar resultados de estudos científicos sobre determinado tema, proporcionando compreensão ampliada do fenômeno investigado e contribuindo para a qualificação da assistência em saúde. Para sua condução, foram seguidas as etapas propostas por Whitemore e Knafl (2005), Mendes, Silveira e Galvão (2008) e Souza, Silva e Carvalho (2010), que incluem: identificação do tema e formulação da questão de pesquisa; estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; avaliação dos estudos incluídos; interpretação dos resultados; e apresentação da síntese do conhecimento.

Para a construção da pergunta norteadora, utilizou-se a estratégia PICO, sendo: P — mulheres com endometriose; I — estratégias terapêuticas com pontos específicos de acupuntura; C — não se aplica; O — controle da dor e qualidade de vida. A partir dessa estrutura, definiu-se como questão de pesquisa: Como pontos específicos de acupuntura atuam no controle da dor pélvica em mulheres com endometriose e quais são seus efeitos na qualidade de vida?

A coleta de dados foi realizada nas bases Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Banco de Dados em Enfermagem (BDEnf). Foram utilizados descritores em português e inglês, selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e do Medical Subject Headings (MeSH), combinados por meio dos operadores booleanos AND e OR: Endometriose, Acupuntura, Dor pélvica, Qualidade de vida, Manejo da dor, Endometriosis, Acupuncture, Pelvic pain, Quality of life e Pain management.

As estratégias de busca foram organizadas da seguinte forma: acupuntura AND dor; acupuntura AND endometriose; endometriose AND dor pélvica; endometriose AND qualidade de vida.

Como critérios de inclusão, foram considerados artigos científicos publicados entre os anos de 2021 e 2026, disponíveis na íntegra, nos idiomas português, inglês ou espanhol, que abordassem o uso de pontos específicos de acupuntura no controle da dor e na qualidade de vida

de mulheres com endometriose. Foram excluídos artigos duplicados entre as bases de dados, estudos sem relação direta com a temática proposta, publicações que abordassem acupuntura sem relação com endometriose, estudos que discutissem endometriose sem abordar estratégias terapêuticas relacionadas à dor, além de teses, dissertações, monografias, editoriais, cartas ao editor e resumos simples publicados em anais de eventos.

Após a aplicação dos critérios de elegibilidade, os estudos selecionados foram organizados em tabela contendo as seguintes variáveis: código do artigo, autor e ano de publicação, título, periódico, tipo de estudo, objetivo e principais resultados.

A análise dos dados foi apresentada descritivamente, com base na literatura pertinente. Os achados foram agrupados em quatro categorias temáticas: efeitos da acupuntura no controle da dor pélvica e dismenorreia; pontos específicos e protocolos terapêuticos utilizados; impactos na qualidade de vida e bem-estar emocional; e sintomas associados e repercussões funcionais.

Por se tratar de pesquisa que utiliza dados secundários disponíveis em bases públicas, não houve necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, sendo respeitados os princípios éticos relacionados à utilização, análise e apresentação das informações científicas. Após a leitura dos artigos, foram selecionados 10 estudos, dispostos no Quadro 1 a seguir.

Quadro 1 — caracterização dos estudos selecionados sobre o uso da acupuntura em mulheres com endometriose

| Código | Autor(es) | Ano | Título | Periódico | Tipo de Estudo | Objetivo |
|--------|-------------------------|------|--|---|---------------------|--|
| A1 | MIRZAEI, F.; AHMADI, A. | 2021 | Overview of the Effect of Complementary Medicine on Treating or Mitigating the Risk of Endometriosis | Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia | Revisão narrativa | Discutir os efeitos da medicina complementar na endometriose. |
| A2 | AI, K. L. et al. | 2025 | Acupoint application improves IVF outcomes and rescues granulosa cell steroid | Frontiers in Endocrinology | Estudo experimental | Investigar os efeitos da terapia de aplicação em acupontos na endometriose |

| Código | Autor(es) | Ano | Título | Periódico | Tipo de Estudo | Objetivo |
|--------|-------------------|------|---|---|--|---|
| | | | metabolic dysregulation in ovarian endometriosis | | | ovariana e nos resultados de FIV. |
| A3 | SU, Y. et al. | 2025 | Efficacy and safety of acupuncture-related therapies in symptomatic endometriosis: a systematic review and network meta-analysis | Archives of Gynecology and Obstetrics | Revisão sistemática e meta-análise em rede | Comparar eficácia e segurança das terapias relacionadas à acupuntura em mulheres com endometriose sintomática. |
| A4 | LIMMER, A. et al. | 2024 | Psychotherapy with somatosensory stimulation as a complementary treatment for women with endometriosis-associated pain | BMC Complementary Medicine and Therapies | Estudo qualitativo | Explorar as experiências de pacientes com abordagem complementar (sinomática) no manejo da dor associada à endometriose. |
| A5 | ARMOUR, M. et al. | 2021 | Manual Acupuncture Plus Usual Care Versus Usual Care Alone in the Treatment of Endometriosis-Related Chronic Pelvic Pain: A Randomized Controlled Feasibility Study | Journal of Alternative and Complementary Medicine | Ensaio clínico randomizado | Avaliar a aceitabilidade e viabilidade da acupuntura manual associada ao tratamento convencional na dor pélvica crônica relacionada à endometriose. |

| Código | Autor(es) | Ano | Título | Periódico | Tipo de Estudo | Objetivo |
|--------|---------------------------------|------|---|---------------------------------------|------------------------------------|--|
| A6 | CHIARLE, G. et al. | 2024 | Acupuncture for pain and pain-related disability in deep infiltrating endometriosis | Frontiers in Pain Research | Estudo clínico prospectivo | Avaliar os efeitos da acupuntura na intensidade da dor e na incapacidade funcional em mulheres com endometriose infiltrativa profunda. |
| A7 | WANG, Y. et al. | 2023 | Acupuncture and moxibustion for endometriosis: A systematic review and analysis | Complementary Therapies in Medicine | Revisão sistemática | Investigar os efeitos da acupuntura e moxabustão nos sintomas e na qualidade de vida em pacientes com endometriose. |
| A8 | GIESE, N.; KWON, K.; ARMOUR, M. | 2023 | Acupuncture for endometriosis: A systematic review and meta-analysis | Integrative Medicine Research | Revisão sistemática e meta-análise | Examinar a efetividade da acupuntura sobre a dor pélvica e a qualidade de vida em pessoas com endometriose. |
| A9 | CHEN, C. et al. | 2024 | Acupuncture for clinical improvement of endometriosis-related pain: a systematic review and meta-analysis | Archives of Gynecology and Obstetrics | Revisão sistemática e meta-análise | Avaliar a eficácia clínica da acupuntura na dor relacionada à endometriose. |
| A10 | LI, H. et al. | 2024 | Acupuncture and Related Therapies for Endometriosis: A Network Meta-Analysis of | Journal of Pain Research | Meta-análise em rede | Determinar a terapia relacionada à acupuntura mais eficaz e segura para a endometriose. |

| Código | Autor(es) | Ano | Título | Periódico | Tipo de Estudo | Objetivo |
|--------|-----------|-----|------------------------------|-----------|----------------|----------|
| | | | Randomized Controlled Trials | | | |

Autora, 2026.

3. RESULTADOS

A partir da análise dos 10 artigos selecionados, os resultados foram organizados em quatro eixos temáticos principais. O primeiro contemplou os efeitos da acupuntura no controle da dor pélvica crônica e da dismenorrea associadas à endometriose, evidenciando redução significativa da intensidade dos sintomas dolorosos. O segundo abordou os pontos específicos de acupuntura e os protocolos terapêuticos mais frequentemente utilizados nos estudos analisados. O terceiro eixo reuniu evidências relacionadas aos impactos da intervenção na qualidade de vida e no bem-estar emocional das pacientes, demonstrando benefícios em aspectos físicos e psicossociais. Por fim, o quarto eixo discutiu os sintomas associados à endometriose e suas repercussões funcionais, destacando melhorias na capacidade funcional, nas atividades cotidianas e na percepção geral de saúde após a realização do tratamento.

8

Categoria 1 — efeitos da acupuntura no controle da dor pélvica e dismenorrea

A dor pélvica e a dismenorrea permanecem entre as manifestações mais recorrentes e incapacitantes da endometriose, sendo os principais desfechos investigados nos artigos selecionados. A acupuntura foi avaliada consistentemente como recurso complementar voltado à redução da intensidade algica e à melhora clínica relatada pelas pacientes.

O ensaio clínico randomizado de Armour et al. (A5, 2021) demonstrou que a acupuntura manual associada ao tratamento convencional promoveu redução de 48% na intensidade da dor pélvica, desde o início até o término das 16 sessões distribuídas em oito semanas. O grupo controle, que recebeu apenas o tratamento convencional, apresentou redução significativamente menor. O estudo também evidenciou melhora na dor generalizada no corpo, reforçando o efeito sistêmico da intervenção.

O estudo clínico prospectivo de Chiarle et al. (A6, 2024), conduzido com 34 mulheres com endometriose infiltrativa profunda (DIE), utilizou protocolo padronizado com 11 pontos fixos de acupuntura — LR3 (Taichong), SP6 (Sanyinjiao), LI4 (Hegu), SP8 (Diji), SP10

(Xuehai), PC6 (Neiguan), CV6 (Qihai), CV3 (Zhongji), ST29 (Guilai), BL32 (Ciliao) e EX-CA1 (Zigong) — ao longo de 15 sessões em seis meses. Os resultados demonstraram redução progressiva da intensidade da dismenorreia, com diminuição de pelo menos 50% no número de dias de dismenorreia em 58,6% das pacientes a partir da primeira avaliação. A dor pélvica não cíclica também apresentou redução significativa desde a primeira sessão.

As revisões sistemáticas e meta-análises corroboraram esses achados. Giese, Kwon e Armour (A8, 2023) analisaram seis ensaios clínicos com 331 participantes e concluíram que a acupuntura demonstrou melhoras clinicamente relevantes na dor pélvica, com qualidade de evidência moderada segundo a ferramenta GRADE. Chen et al. (A9, 2024) confirmaram que a acupuntura foi eficaz na redução da dismenorreia e da dor pélvica, além de promover diminuição dos níveis séricos de CA-125. Su et al. (A3, 2025) compararam diferentes modalidades terapêuticas e identificaram que terapias combinadas mostraram maior eficácia no controle da dor.

Mirzaee e Ahmadi (A1, 2021) concluíram, em revisão narrativa, que a acupuntura foi a única prática de medicina complementar avaliada capaz de reduzir significativamente a dor e os níveis séricos de CA-125 em mulheres com endometriose.

Categoria 2 — pontos específicos e protocolos terapêuticos utilizados

A seleção dos pontos de acupuntura não seguiu padrão uniforme entre as pesquisas, variando conforme o estilo terapêutico adotado, os sintomas predominantes e os objetivos clínicos de cada intervenção. Ainda assim, alguns pontos apareceram recorrentemente nos protocolos descritos, especialmente aqueles reconhecidos pela Medicina Tradicional Chinesa como reguladores do fluxo de Qi e Sangue nos meridianos relacionados ao útero e ao sistema reprodutivo.

No protocolo detalhado por Chiarle et al. (A6, 2024), o conjunto de 11 pontos fixos foi selecionado com base no entendimento de que a endometriose corresponde à estagnação de Sangue e Qi no abdome e no útero. O ponto SP6 (Sanyinjiao) foi incluído por sua ação na regulação menstrual e no alívio da dor ginecológica; LR3 (Taichong) pela mobilização do Qi do fígado e promoção do fluxo sanguíneo no Chong Mai; SP8 (Diji) como ponto Xi-cleft do meridiano do baço, especialmente indicado para dismenorreia; e LI4 (Hegu) pelo seu conhecido efeito analgésico, potencializado quando combinado com LR3.

Armour et al. (A5, 2021) utilizaram protocolo baseado no estilo MTC com pontos adaptados à apresentação clínica individual de cada paciente dentro de um protocolo padronizado para o estudo, integrando acupuntura manual a duas sessões semanais ao longo de oito semanas. Li et al. (A10, 2024), em meta-análise em rede com 42 ensaios e 3.635 participantes, avaliaram diferentes modalidades e identificaram que a aplicação em acupontos e a auriculoterapia foram as abordagens com maiores taxas de eficácia clínica no controle da dor.

Su et al. (A3, 2025) identificaram que terapias combinando acupuntura com farmacoterapia apresentaram melhor desempenho que qualquer modalidade isolada, sugerindo que a seleção dos pontos e a combinação de abordagens são variáveis centrais na efetividade clínica. De modo complementar, Ai et al. (A2, 2025) identificaram que a terapia de aplicação em acupontos pode atenuar o estresse oxidativo nas células da granulosa e restaurar a função esteroidogênica, oferecendo base biológica para os efeitos observados clinicamente.

Categoria 3 — impactos na qualidade de vida e bem-estar emocional

A persistência da dor crônica e das alterações menstruais apareceu consistentemente associada ao comprometimento do sono, da sexualidade, do bem-estar emocional, do desempenho profissional e das atividades cotidianas. Esses impactos sobre a qualidade de vida foram documentados como desfechos relevantes em múltiplos estudos da amostra.

10

Armour et al. (A5, 2021) avaliaram a qualidade de vida por meio do Endometriosis Health Profile (EHP-30) e identificaram melhoras significativas no grupo que recebeu acupuntura, especialmente nas dimensões relacionadas à dor, ao bem-estar emocional e à função social. Chiarle et al. (A6, 2024) registraram redução da incapacidade funcional relacionada à dispareunia, com diminuição do percentual de mulheres com incapacidade moderada a grave de 73,3% no início para 36,9% ao final do acompanhamento.

Wang et al. (A7, 2023) indicaram, a partir de 15 ensaios com 1.018 pacientes, que a acupuntura manual foi superior à acupuntura simulada na melhora da qualidade de vida. Giese, Kwon e Armour (A8, 2023) também identificaram melhoras clinicamente relevantes nos escores de qualidade de vida relacionada à saúde (HRQoL).

Limmer et al. (A4, 2024) investigaram, em estudo qualitativo com 10 entrevistas, as experiências de mulheres com abordagem complementar denominada sinosomática. As participantes descreveram a intervenção como um ponto de virada em suas vidas, com mudanças nos domínios biológico, psicológico e social, melhora da percepção de bem-estar e da

capacidade de enfrentamento dos sintomas. Chen et al. (A9, 2024) confirmaram que a acupuntura contribuiu para a melhora da qualidade de vida e para a redução da taxa de recorrência dos sintomas.

Categoria 4 — sintomas associados e repercussões funcionais

Para além da DPC, os estudos descreveram manifestações associadas como alterações menstruais, dispareunia, disquezia, enxaqueca, mastalgia, sintomas intestinais e alterações emocionais. A ocorrência simultânea desses sintomas contribui para maior comprometimento funcional e reforça a necessidade de protocolos que os contemplem na construção do plano terapêutico.

Chiarle et al. (A6, 2024) avaliaram especificamente a dispareunia e a disquezia em mulheres com endometriose infiltrativa profunda. Os resultados demonstraram redução progressiva da intensidade da dispareunia, com diminuição da incapacidade funcional ao longo das sessões. A disquezia também apresentou redução significativa durante o tratamento.

Wang et al. (A7, 2023) descreveram que a acupuntura promoveu redução das pontuações de dismenorreia e dor pélvica, com evidências também para diminuição do tamanho de endometriomas ovarianos. Giese, Kwon e Armour (A8, 2023) identificaram redução no uso de analgésicos como desfecho secundário importante. Mirzaee e Ahmadi (A1, 2021) ressaltaram que a acupuntura foi a prática complementar com resultados mais consistentes na redução do marcador sérico CA-125.

Ai et al. (A2, 2025) acrescentaram perspectiva inovadora ao investigar os efeitos da aplicação em acupontos sobre parâmetros laboratoriais em mulheres com endometriose ovariana submetidas à FIV, sugerindo que a intervenção pode influenciar a função das células da granulosa e o metabolismo esteroideogênico — mecanismos que vão além do controle sintomático imediato.

4. DISCUSSÃO

A dor pélvica crônica permanece entre as manifestações mais incapacitantes da endometriose, interferindo diretamente no sono, na sexualidade, no desempenho profissional e no bem-estar emocional das pacientes. Trata-se, de fato, de uma das principais causas de encaminhamento de mulheres aos serviços de saúde — um quadro multifatorial frequentemente associado a disfunção sexual, ansiedade e depressão, cuja abordagem requer cuidado

multidisciplinar que vá além do tratamento sintomático imediato (RIBEIRO; ABDALLA-RIBEIRO; ERAS, 2020).

A demora no diagnóstico da endometriose constitui um elemento agravante do sofrimento dessas mulheres. Pesquisas qualitativas vêm demonstrando que, sem o diagnóstico, as mulheres vivenciam sintomas intensos desde a menarca, com repercussões negativas em diferentes esferas da vida e pela desvalorização recorrente de suas queixas nos círculos de convivência e nos serviços de saúde (SILVA et al., 2021). Esse cenário reforça a importância de ampliar o reconhecimento da doença e de oferecer abordagens terapêuticas complementares que contribuam para a qualidade de vida durante o período que precede ou acompanha o tratamento convencional.

Os achados indicaram que a acupuntura vem sendo investigada como recurso adjuvante voltado ao controle sintomático, especialmente no manejo da DPC, na regulação menstrual e na melhora de manifestações associadas à endometriose. Carvalho et al. (2023) ressaltam que, quando adequadamente aplicada, a técnica pode ser eficaz na redução dos sintomas algícos, o que está em consonância com os achados dos estudos incluídos nesta revisão.

Os artigos incluídos apontaram melhora progressiva de sintomas relacionados ao sono, ansiedade, dispareunia, alterações menstruais e qualidade de vida funcional e emocional após o acompanhamento com acupuntura. A identificação dos pontos mais frequentemente utilizados nos estudos — especialmente SP6, LR3, SP8, LI4, CV3, CV6, ST29, BL32 e EX-CA1 — representa contribuição relevante para a prática clínica, permitindo compreender os fundamentos terapêuticos que orientam a escolha desses pontos no manejo da dor ginecológica.

A literatura também indica que os protocolos terapêuticos com pontos específicos de acupuntura não seguem organização fixa, sendo adaptados conforme os sintomas predominantes, as respostas clínicas observadas ao longo do acompanhamento e os objetivos terapêuticos definidos para cada paciente. Essa flexibilidade é coerente com os princípios da MTC, que preconizam o tratamento individualizado conforme o padrão clínico apresentado.

5. CONCLUSÃO

A partir dos estudos analisados, foi possível compreender de que maneira estratégias com pontos específicos de acupuntura têm sido utilizadas no controle da dor em mulheres com endometriose e quais são seus possíveis efeitos sobre o bem-estar funcional e emocional das pacientes.

A endometriose apresenta repercussões físicas, emocionais e sociais que tornam necessário ampliar as possibilidades de cuidado para além das abordagens convencionais. Nesse cenário, a acupuntura se consolida como recurso adjuvante com evidências de nível moderado no manejo da dor pélvica crônica, na melhora de sintomas associados e na qualificação da assistência à saúde da mulher. Os pontos mais frequentemente descritos nos estudos — especialmente SP6, LR3, SP8, LI4 e os pontos locais da pelve — demonstraram potencial terapêutico relevante no controle algico e na regulação dos sintomas relacionados à endometriose.

Apesar do crescente interesse pela acupuntura no cuidado às mulheres com endometriose, os estudos ainda apresentam limitações relacionadas à padronização dos protocolos terapêuticos. Soma-se a isso a forte tendência à medicalização das pacientes com endometriose, o que pode restringir tanto a adesão à prática quanto o reconhecimento de seus benefícios. Nesse sentido, além da necessidade de mais investigações sobre a acupuntura como estratégia de controle da dor, evidencia-se também uma lacuna importante: a escassez de estudos que confirmam voz a essas mulheres, permitindo que os dados sejam traduzidos e enriquecidos pela própria vivência das pacientes.

REFERÊNCIAS

- AI, Kai-Liang et al. Acupoint application improves IVF outcomes and rescues granulosa cell steroid metabolic dysregulation in ovarian endometriosis. *Frontiers in Endocrinology*, v. 16, p. 1665669, 2025.
- ARMOUR, Mike et al. Manual Acupuncture Plus Usual Care Versus Usual Care Alone in the Treatment of Endometriosis-Related Chronic Pelvic Pain: A Randomized Controlled Feasibility Study. *Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 27, n. 10, p. 841-849, 2021.
- CARVALHO, Sandra; ALMEIDA, Luciane Bonfim de Oliveira; TORRES, Virlene Maria Pereira Queiroz. Endometriose e Acupuntura: uma revisão de literatura. *Revista Multidisciplinar do Amapá*, v. 3, n. 2, 2023.
- CHEN, Cong et al. Acupuncture for clinical improvement of endometriosis-related pain: a systematic review and meta-analysis. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, v. 310, n. 4, p. 2101-2114, 2024.
- CHIARLE, Giulia et al. Acupuncture for pain and pain-related disability in deep infiltrating endometriosis. *Frontiers in Pain Research*, v. 5, p. 1279312, 2024.
- GIESE, Nora; KWON, Ki Kyung; ARMOUR, Mike. Acupuncture for endometriosis: A systematic review and meta-analysis. *Integrative Medicine Research*, v. 12, n. 4, p. 101003, 2023.

LI, H. et al. Acupuncture and Related Therapies for Endometriosis: A Network Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Journal of Pain Research*, v. 17, p. 3197-3216, 2024.

LIMMER, Anna et al. Psychotherapy with somatosensory stimulation as a complementary treatment for women with endometriosis-associated pain – a qualitative study. *BMC Complementary Medicine and Therapies*, v. 24, p. 426, 2024.

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campos Pereira; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, 2008.

MIRZAEI, Firoozeh; AHMADI, Atefeh. Overview of the Effect of Complementary Medicine on Treating or Mitigating the Risk of Endometriosis. *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia*, v. 43, n. 12, p. 919-925, 2021.

RIBEIRO, Paulo Ayroza; ABDALLA-RIBEIRO, Helizabet Salomão; ERAS, Aline. Dor pélvica crônica. *Femina*, v. 48, n. 5, p. 262-276, 2020.

SILVA, Carla Marins et al. Experiências das mulheres quanto às suas trajetórias até o diagnóstico de endometriose. *Escola Anna Nery*, v. 25, n. 4, p. e20200374, 2021.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein*, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, 2010.

SU, Y. et al. Efficacy and safety of acupuncture-related therapies in symptomatic endometriosis: a systematic review and network meta-analysis. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, v. 311, n. 3, p. 697-714, 2025. 14

WANG, Yongxia et al. Acupuncture and moxibustion for endometriosis: A systematic review and analysis. *Complementary Therapies in Medicine*, v. 76, p. 102963, 2023.

WHITTEMORE, Robin; KNAFL, Kathleen. The integrative review: updated methodology. *Journal of Advanced Nursing*, Oxford, v. 52, n. 5, p. 546-553, 2005.