

Ebook



ENDOMETRIOSE

O QUE É, SINTOMAS E TRATAMENTO

Entenda melhor sobre a doença dolorosa que atinge quase 8 milhões de brasileiras.



BONVENA

medicina reprodutiva e centro
de referência em endometriose

Sumário:

- Introdução
- A Endometriose
- Tipos de Endometriose
 - Sintomas
 - Diagnóstico
 - Tratamentos
- Endometriose e fertilidade
 - Técnica de Reprodução Assistida
 - A Clínica Bonvena

Introdução:

A Endometriose é uma doença silenciosa, que muitas vezes pode ser confundida com dores de cólicas ou outros sintomas, afetando diversas áreas da vida das mulheres.

A infertilidade pode ser uma das consequências mais agravantes da doença.

Estima-se que 10 a 15% das mulheres, em fase reprodutiva e 25 a 50% das mulheres inférteis possuem endometriose. No Brasil, a estimativa é que 6 a 7 milhões de mulheres tenham a doença.

O diagnóstico é realizado através de exames específicos solicitados pelo médico ginecologista.

A Clínica Bonvena como centro de referência no diagnóstico e tratamento da endometriose, preparou este e-book para ajudar você a entender melhor a Endometriose, abordando os pontos mais relevantes e as informações mais importantes que você precisa saber para diagnóstico e tratamento dessa doença.

BOA LEITURA.

Endometriose:

O que é Endometriose?

O endométrio é o tecido que reveste o útero internamente, é também a camada que o óvulo se implanta após a fertilização, esse cresce e descama todos os meses, sendo eliminado em forma de menstruação, caso não haja gravidez naquele ciclo. Por razões ainda desconhecidas, este revestimento pode migrar e se instalar em outras estruturas e órgãos, como ovários, tubas uterinas, intestino, bexiga, peritônio, parede externa do próprio útero, nos músculos, e até mesmo fora da cavidade uterina, estas células geram um processo inflamatório e funcionam como se estivessem no útero, continuando sensíveis às alterações do ciclo menstrual, ou seja, durante o período menstrual, o tecido fora do útero reage e pode desencadear o processo inflamatório, podendo inclusive sangrar.

Por isso, a endometriose causa forte dores que podem se intensificar ao longo dos anos, podendo tornar-se uma dor pélvica persistente e se associar a dor pélvica durante as relações sexuais. Além disso, pode acontecer constipação intestinal ou diarreia no período menstrual, sangramento nas fezes e na urina, infecções urinárias, dor para urinar e infertilidade associadas.

Você sabia?

De acordo com a Associação Brasileira de Endometriose (SBE), a doença afeta de 10% a 15% das mulheres em idade reprodutiva, o que equivale a 6 milhões de brasileiras. Dessas, cerca de 10% não têm os sintomas, por isso muitas só descobrem quando encontram dificuldade para engravidar.



Tipos de Endometriose:

A Endometriose pode ser classificada em três tipos e também em graus de intensidade diferentes.

De acordo com essas informações pode-se determinar a progressão e os possíveis danos.

O objetivo é otimizar o tratamento para redução dos sintomas e aumento da qualidade de vida das pacientes. Essa classificação é feita através do diagnóstico.

- **Endometriose peritoneal:** Caracterizada por lesões espalhadas pela superfície do interior da pelve/abdômen, podendo atingir diversos órgãos, inclusive o diafragma. Sendo o tipo menos agressivo, é mais comum entre adolescentes no início da doença.
- **Endometriose ovariana:** Quando os cistos, chamados de endometriomas, se formam no interior dos ovários. O cisto pode estar associado à endometriose de outros órgãos formando aderências. Quando a doença é bilateral pode ser um fator de risco muito maior para a fertilidade. A presença do endometrioma ovariano é considerada um marcador para a presença de doenças peritoneais, tanto superficial quanto profunda, pois pesquisas realizadas em pacientes com a forma da doença ovariana demonstram simultaneidade com a forma peritoneal em 98,6% dos casos.
- **Endometriose profunda:** Caracterizada por implantes com mais de 5 mm de profundidade a partir do peritônio, muitas vezes, com nódulos retrouterinos e paracervicais palpáveis e dolorosos. É o tipo com sintomas mais graves, capazes de comprometer o bem-estar, a qualidade de vida e até a fertilidade das pacientes. Este tipo de Endometriose pode provocar a infertilidade por levar a alterações na anatomia da pelve. Intestino, bexiga, ureter e os ligamentos uterinos podem ser acometidos também.

Você sabia?

De acordo com a Sociedade Americana de Medicina Reprodutiva a Endometriose pode ser classificadas em 4 fases:

- **Mínima (grau I):** implantes isolados e sem aderências significativas;
- **Leve (grau II):** implantes superficiais com menos de 5 cm, sem aderências significativas;
- **Moderada (grau III):** múltiplos implantes aderências peritubárias e periovarianas evidentes;
- **Severa (grau IV):** múltiplos implantes superficiais e profundos, com aderências densas e firmes;

Sintomas:

Os principais sintomas da doença não são exatamente específicos de sinal de Endometriose, pois outras doenças ginecológicas e pélvicas podem ter sintomas semelhantes, o que dificulta as suspeitas e o diagnóstico. Além da possibilidade de não haver sintomas dada a classificação da doença. Apesar de não existir relação entre o tamanho da doença e intensidade dos sintomas, onde algumas vezes pequenos focos podem causar muitos sintomas e grandes lesões podem passar despercebidas.

Os sintomas são variados, tanto em quantidade e intensidade. Contudo, existem alguns que são mais comuns nas portadoras de Endometriose e podem surgir na adolescência, mas geralmente se agravam após os 25 anos.

A Dismenorreia, mais conhecida como cólica intensa é o sintoma mais comum da Endometriose. Se a cólica não permitir que você realize suas atividades rotineiras ou cólicas que a cada ciclo menstrual pioram é importante ficar atenta e procurar um médico.

A dor na relação sexual também pode ser um sintoma.

Uma das áreas mais comuns da Endometriose é na região atrás do colo do útero. Por isso, durante o contato sexual pode haver dor.

Outros órgãos como a bexiga e o ureter podem ser acometidos pela Endometriose, por isso pode haver dor na bexiga ou ao urinar durante a menstruação, além de sangramento ao urinar.

A Endometriose pode comprometer as trompas, órgão que conduz o óvulo ao útero, além de alterações hormonais que dificultam a gestação, portanto algumas mulheres assintomáticas só descobrem a doença quando percebem dificuldades para conseguir engravidar.

Sintomas Possíveis na Endometriose:

- Dores locais: parte inferior das costas, parte inferior do abdômen, pélvis, reto ou vagina
 - Dores circunstanciais: ao defecar ou durante a relação sexual
- Na menstruação: menstruação anormal, menstruação dolorosa, menstruação intensa, menstruação irregular ou sangramento pela vagina
- No aparelho gastrointestinal: constipação, incapacidade de esvaziar o intestino, náusea ou quantidades excessivas de gases
 - Na região genital: sangramento vaginal ou sangramento vaginal anormal
- Também é comum: infertilidade, plenitude abdominal ou sensibilidade à dor



Diagnóstico:

O diagnóstico pode demorar devido a confusão dos sintomas ou até mesmo a ausência dele. Por isso, é necessário ter o acompanhamento médico durante a vida, pois uma história bem detalhada e minuciosa pode ajudar a identificar alterações que caracterizam a Endometriose.

Contudo, o exame clínico negativo não exclui a possibilidade de endometriose.

O diagnóstico e a classificação envolvem história clínica e exame ginecológico realizados no consultório. No exame físico são procuradas alterações que possam sugerir a Endometriose profunda, como alterações do posicionamento do útero ou nódulos dolorosos na pelve.

A partir desta análise, outros exames complementares podem ajudar a rastrear a condição como exames de imagem, sendo eles: a ultrassonografia transvaginal, para mapeamento da endometriose, e ressonância magnética da pelve.

O exame de ultrassom com preparo intestinal, assim como a ressonância magnética da pelve com contraste são efetivos na detecção das lesões das formas profunda e ovariana, mas podem não conseguir identificar a endometriose superficial/peritoneal. Por sua vez, a cistoscopia e a colonoscopia fazem parte do arsenal de exames no preparo para a laparoscopia (cirurgia).

A laparoscopia tem grande sensibilidade em identificar e tratar as lesões de endometriose superficial e profunda. A conclusão do diagnóstico depende da experiência do ginecologista em perguntar, reconhecer e relacionar os sintomas. A falta dessa experiência é a razão de tantas mulheres demorarem a receber o diagnóstico e precisarem passar por vários médicos até descobrir o problema. Em média, existe uma demora de 7 anos desde o início dos sintomas até o diagnóstico.



Tratamento:

O tratamento depende dos sintomas e os impactos apresentados na vida da paciente, sendo assim o tratamento da endometriose deve ser personalizado, para atender às expectativas e necessidades de cada mulher, de acordo com seu momento de vida.

Podemos dividir em três tipos de Tratamento:

- **Tratamento clínico:** O tratamento clínico pode incluir administração de hormônios, como medicamentos para suprimir a função dos ovários, anti-inflamatórios e analgésicos. A lista é grande, análogos do GnRH, Danazol, progestágenos como desogestrel ou dienogest, DIU hormonal com levonorgestrel e, mais recentemente, os antagonistas do GnRH, como o enagolix. Assim como os contraceptivos orais que impedem a formação e descamação do endométrio, esses são, provavelmente, a melhor linha de tratamento conservador.

Esse tratamento é baseado no fato que a endometriose é causada por um tecido que responde a hormônios. Assim ele é utilizado, na maioria das vezes, para o controle da dor, ou seja, no tratamento de um dos sintomas.

Mas raramente é efetivo para a correção do problema.

- **Tratamento cirúrgico:** A cirurgia é feita a partir de técnicas minimamente invasivas, e é a indicação de tratamento em grande parte dos casos de endometriose, para retirada das áreas afetadas, por meio de laparoscopia ou por laparotomia.

A cirurgia precisa promover a fertilidade e não comprometê-la ou agravá-la. Por isso, é necessário cuidado com os ovários evitando-se cirurgias repetidas que podem comprometer a reserva folicular, além de prevenir ou minimizar aderências.

As condutas operatórias devem ser individualizadas, ponderando-se idade e adequando-as aos recursos executados. O uso pré ou pós-operatório do tratamento medicamentoso não traz quaisquer benefícios para o tratamento da infertilidade em pacientes assintomáticas.

- **Tratamento complementar:** Pacientes que sofrem por muito tempo com dores podem apresentar outros problemas de saúde. Nem sempre apenas o tratamento clínico consegue apresentar todos os resultados e melhorias dos sintomas do nosso corpo. Por isso, integrar outras especialidades é essencial para um tratamento eficaz. Uma equipe multidisciplinar, que inclui além do ginecologista, proctologistas, urologistas, fisioterapeutas, nutricionistas, psicólogos e sexólogos é o ideal quando se diz respeito ao tratamento da Endometriose.

Você Sabia?

Não se pode falar de prevenção no caso da Endometriose, mas algumas mudanças no estilo de vida como: uma alimentação balanceada, exercícios físicos, evitar situações estressantes e cuidar melhor da saúde mental, pode ajudar a diminuição da intensidade das dores. Assim como evitar o consumo de bebida alcoólicas também é indicado já que o álcool promove algumas alterações hormonais.

Endometriose e Fertilidade:

Endometriose gera infertilidade?

Existe grande associação entre endometriose e infertilidade, alguns estudos mostram que entre 25 a 50% das mulheres inférteis são portadoras de endometriose, e que 30 a 50% das mulheres com endometriose apresentam infertilidade.

A endometriose causa infertilidade por uma série de fatores, que incluem:

- Influência no processo de ovulação, e na implantação do embrião;
 - Alteração dos hormônios prolactina e as prostaglandinas;
- Prejuízo da liberação do óvulo dos ovários em direção às trompas;
- Interferência no transporte do óvulo pela trompa, tanto pela alteração inflamatória causada pela doença, como por aderências;
 - Alterações imunológicas;
 - Alteração da receptividade endometrial;
 - Alterações no desenvolvimento da gestação.

É possível engravidar naturalmente tendo Endometriose?

Quem possui endometriose, ainda assim, possui chances de engravidar espontaneamente. Nos casos de infertilidade associada à endometriose, os tratamentos disponíveis – cirurgia e técnicas de reprodução assistida – aumentam muito as chances de concepção.

Quando preciso recorrer à Técnicas de Reprodução Assistida?

Caso o casal esteja há mais de um ano tentando engravidar sem sucesso, o primeiro passo é consultar um especialista para fazer o diagnóstico de infertilidade antes de começar qualquer tipo de tratamento. A idade pode influenciar no momento da procura pelo especialista, já que em casos de mulheres com mais de 30 anos o tempo de espera é reduzido para seis meses. Por ser uma doença evolutiva, o diagnóstico precoce da endometriose é fundamental para combater a infertilidade.



Técnica de Reprodução Assistida

O conjunto de técnicas de reprodução assistida ajudam muitos casais que desejam ter filhos, mas por alguma razão não tem sucesso.

Os procedimentos podem ser escolhidos a partir da necessidade de cada caso. A Fertilização In Vitro (FIV) é o principal procedimento escolhido por quem sofre com a endometriose. Nessa técnica, os embriões são cultivados em laboratório para posterior transferência já no útero materno. Outros procedimentos também podem ser escolhidos, tais como a Inseminação Artificial ou a Injeção Intracitoplasmática de espermatozoides. Além das opções para a fecundação, há a opção para quem deseja adiar a gravidez.

O congelamento de óvulos pode ser feito por mulheres que desejam ter uma gravidez futura e neste procedimento os óvulos são congelados em laboratório até o momento que a mulher desejar a gravidez.

A decisão terapêutica precisa ser individualizada e compartilhada com a paciente. Ela deve ser bem esclarecida sobre os benefícios e os riscos potenciais, inclusive quantitativos, assim como sobre os custos dos tratamentos, sejam cirúrgicos, sejam dos programas de fertilização assistida.



A Clínica Bonvena

Nascida no ano de 2014 a Clínica BONVENA – Medicina Reprodutiva e Centro de Referência em Endometriose, surgiu da ideia de oferecer um serviço de reprodução assistida e endometriose com essência no acolhimento.

As atividades da BONVENA iniciaram-se com a unidade Sudoeste, em parceria com a Maternidade Brasília, realizando atendimentos ambulatoriais de homens e mulheres com dificuldades relacionadas à reprodução e pacientes com sintomas de endometriose.

Também eram acolhidas as demandas por cirurgias videoendoscópicas minimamente invasivas e exames de ultrassonografia ginecológica.

Atualmente, A Bonvena é referência no tratamento da endometriose em Brasília, contando com uma equipe multidisciplinar que alia experiência ao conhecimento científico que é continuamente atualizado. Tudo isso para oferecer atendimento acolhedor com empatia, entusiasmo e transparência às pessoas que desejam ou precisam adiar os planos reprodutivos ou àquelas com dificuldade de atingir a gravidez. Além disso, a BONVENA traz como foco de atuação a abordagem multidisciplinar da endometriose e cirurgia minimamente invasiva.

A BONVENA possui estrutura para atender você com conforto em todas as suas necessidades ambulatoriais.

