

## Trabalho apresentado no 26º CBCENF

**Título:** BENEFÍCIOS DA NUTRIÇÃO EM MULHERES DIAGNOSTICADAS COM ENDOMETRIOSE

**Relatoria:** Gabrielle Rosal Marinho  
Eriton Veríssimo Lima Cardoso

**Autores:** Wethlanny da Costa Abreu  
Iasmin Wallany da Silva Lopes  
Katiane Gomes Gonçalves

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

**Tipo:** Estudo de caso

**Resumo:**

**Introdução:** A endometriose é uma doença crônica e inflamatória, associada a sintomas como dor pélvica crônica, dispareunia, dismenorreia e infertilidade, que afetam significativamente a qualidade de vida das mulheres diagnosticadas. Vários estudos sugerem que a nutrição pode desempenhar um papel crucial na gestão dos sintomas e no bem-estar das mulheres afetadas. **Objetivo:** Demonstrar os benefícios da nutrição na redução dos sintomas da endometriose e na melhoria da qualidade de vida. **Método:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica de natureza exploratória-descritiva, utilizando artigos e revistas científicas das bases de dados U.S. National Library of Medicine (PubMed), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), no período de 2019 a 2024, com o objetivo de destacar a causa que originou a pesquisa. **Resultados/discussão:** Cerca de 6% a 10% das mulheres em idade reprodutiva são afetadas pela endometriose, cuja incidência é influenciada pelas variações cíclicas de estrogênio. Após o diagnóstico, as opções de tratamento geralmente envolvem o uso de anticoncepcionais combinados e terapia cirúrgica, que proporcionam alívio sintomático, mas não curam a doença nem reduzem as lesões associadas à infertilidade. Nesse contexto, a dieta nutricional surge como uma alternativa promissora. Alimentos e nutrientes desempenham papéis importantes na patogênese e progressão da endometriose, e a dietoterapia oferece uma abordagem de baixo custo e fácil acesso, com potencial para melhorar significativamente a qualidade de vida das mulheres afetadas. Os resultados e discussões de diversos estudos destacam os impactos positivos das mudanças dietéticas na saúde e qualidade de vida de mulheres com endometriose, principalmente em relação a melhora dos sintomas da doença através da retirada ou introdução de certos alimentos. **Considerações finais:** A inclusão e exclusão de determinados alimentos impactam significativamente nos sintomas da endometriose e, conseqüentemente, melhoram a qualidade de vida das mulheres. No entanto, ainda são necessários estudos mais aprofundados sobre os benefícios da dietoterapia nos sintomas da endometriose a longo prazo. A compreensão desses benefícios é crucial para oferecer às mulheres afetadas uma abordagem terapêutica abrangente e eficaz para lidar com essa condição crônica e debilitante.