

## ENDOMETRIOSE E ACUPUNTURA: UMA REVISÃO DE LITERATURA

### ENDOMETRIOSIS AND ACUPUNCTURE: A LITERATURE REVIEW

**Sandra Carvalho**

Pós graduanda em Medicina Tradicional Chinesa – IEES – Palmas – TO  
[sandra.fisio.to@gmail.com](mailto:sandra.fisio.to@gmail.com)

**Luciane Bonfim de Oliveira Almeida**

Especialista em saúde pública, Graduação em Enfermagem e Obstetrícia  
[lucianebonfim@msn.com](mailto:lucianebonfim@msn.com)

**Virlene Maria Pereira Queiroz Torres**

Pós graduanda em Medicina Tradicional Chinesa – IEES – Palmas – TO  
[virlenetorres2@hotmail.com](mailto:virlenetorres2@hotmail.com)

#### Resumo

A endometriose é uma doença pélvica crônica que afeta a mulher em idade reprodutiva caracterizada por implante e desenvolvimento de tecido endometrial fora da cavidade uterina, sendo uma das causas da infertilidade feminina e da dor pélvica que se intensifica bastante durante a menstruação. O presente artigo tem como intuito demonstrar que com o tratamento da acupuntura podemos diminuir efetivamente o incômodo da endometriose que afeta mulheres principalmente em idade reprodutiva, diminuindo assim a qualidade de vida. Este estudo foi desenvolvido através de uma revisão bibliográfica, obtidos de livros acervo próprio, artigos científicos de fontes como google acadêmico, scielo, bireme e escritos em português, com a finalidade de verificar sua atuação no tratamento da endometriose. Portanto de acordo com a MTC, a endometriose é derivada a partir do desequilíbrio energético onde o endométrio que deveria ser expelido se aloja em outras regiões e cresce causando dores na região pélvica, e a acupuntura, técnica da MTC, vêm sendo estudada em diversas doenças ginecológicas por se tratar de um procedimento de baixo custo, sem causar efeitos colaterais e de grandes resultados benéficos para a paciente, tratando essas perturbações, removendo estagnação do sangue, fortalecendo assim o Yang do Rim para alívio dos sintomas de dor. Apesar das dificuldades encontradas devido ao pequeno número de publicações confiáveis referentes ao assunto, o estudo mostrou que se a técnica for devidamente aplicada, a acupuntura pode sim ser eficaz no tratamento e principalmente na redução dos sintomas das dores causadas pela endometriose.

**Palavras-chave:** Acupuntura, Endometriose, Dor Pélvica, Saúde, Mulher.

#### Abstract

*Endometriosis is a chronic pelvic disease that affects women of reproductive age and is characterized by the implantation and growth of endometrial tissue outside the uterine cavity. It is one of the causes of female infertility and pelvic pain that intensifies during menstruation. The objective of this article is to demonstrate that acupuncture treatment can effectively reduce the discomfort caused by endometriosis, which primarily affects women of reproductive age, thereby improving their quality of life. The methodology involved a literature review using books from our own collection, scientific articles from sources such as Google Scholar, SciELO, BIREME, and Portuguese-written materials to assess the role of acupuncture in*

*endometriosis treatment. In conclusion, according to Traditional Chinese Medicine (TCM), endometriosis is caused by energetic imbalances where the endometrium, which should be expelled, lodges in other regions and grows, causing pelvic pain. Acupuncture, as a technique of TCM, has been studied in various gynecological diseases due to its low cost, absence of side effects, and significant beneficial outcomes for patients. It treats these disturbances by removing blood stasis and strengthening the Kidney Yang, thereby alleviating pain symptoms. Despite the difficulties resulting from the limited number of reliable publications on the subject, the study demonstrated that if properly applied, acupuncture can indeed be effective in the treatment and especially in reducing the symptoms of pain caused by endometriosis.*

**Keywords:** *Acupuncture, Endometriosis, Pelvic Pain, Health, Women.*

---

## **INTRODUÇÃO**

A endometriose é uma disfunção inflamatória crônica gerada por células endometriais que deveriam ser expelidas durante a menstruação, deslocando para um sentido oposto, fixando nos ovários e cavidade abdominal, onde as células endometriais ectópicas voltam a multiplicar-se sofrendo os mesmos efeitos das alterações hormonais dos ciclos menstruais. Pressupõe que parte do sangue reflua através das tubas uterinas, durante a menstruação, e se deposite em outros órgãos, ou pode ser de causa seja genética e esteja relacionada com possíveis deficiências do sistema imunológico.

Outra hipótese é que a causa seja genética e esteja relacionada com possíveis deficiências do sistema imunológico. A endometriose, definida então pela implantação de células do estroma e/ou epitélio glandular endometrial em localização extrauterina, é assim uma das causas mais comuns de esterilidade feminina, visto que essas células podem gerar fibrose e dificuldades funcionais dependendo das áreas atingidas pela doença. As células endometriais podem se alojar nos ovários a ponto de impedir a liberação do ovócito que deverá ser captado pela tuba uterina (1).

Muitos fatores estão envolvidos neste processo de espessamento endometrial, o mais estudado é parte do sangue reflua através das tubas uterinas, durante a menstruação, e se deposite em outros órgãos. Sabe-se que quanto maior o fluxo de sangue local, maior a chance de apresentar um endométrio mais receptivo. Além disso, o diagnóstico de endométrio fino ou não receptivo é um dos grandes desafios na medicina reprodutiva (1).

A falta de entendimento sobre a doença é um dos principais impedimentos para a detecção precoce do problema, cujo prognóstico é favorável quando descoberto no início. Estima-se que no Brasil, 55% das mulheres acometidas pela endometriose não sabem o que é a doença e 66% delas não conseguem identificar a que essa patologia tipicamente feminina está associada (2).

Possibilitar à paciente a compreensão sobre a patologia, esclarecer sobre medicações e tratamentos, fornecendo uma atenção mais individualizada, é fundamental para o controle dos sintomas, neutralizando as causas e removendo focos e lesões, restabelecendo a fertilidade (3).

---

Neste sentido, algumas terapias integrativas são indicadas para tratamento da endometriose, como a acupuntura, que pode ajudar tanto na dimensão, quanto na morfologia do endométrio nessas pacientes com o diagnóstico de endométrio fino, aumentando o fluxo de sangue para a artéria uterina e ovariana, o suporte de oxigênio, agentes antioxidantes e nutrientes para os órgãos da pelve.

Para a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) essa patologia tem seu primórdio em diversas condições, entre elas o estresse que leva a estagnação do *Qi* e *Xue* do fígado causando dor, frio e umidade. Esforços excessivos, partos próximos, doenças crônicas, quadros depressivos e atividades sexuais em excesso, também são fatores importantes que podem contribuir para o aparecimento da endometriose. Para conseguir definir o padrão da doença no diagnóstico da MTC, é importante uma boa avaliação, colhendo algumas informações como a hora da dor, sua localização, ciclo menstrual, tipo de sangramento e influência do calor e do frio nos sintomas, caracterizando se é excesso ou deficiência da patologia <sup>(4)</sup>.

Sob o ponto de vista da Medicina Tradicional Chinesa (MTC), a endometriose representa ao padrão de estagnação de sangue (padrão sindrômico geral) que pode ter diferentes causas: estagnação de *Qi*, deficiência do *Qi* dos rins, estagnação de sangue pelo calor e estagnação do sangue pelo frio no fígado <sup>(5)</sup>.

A Acupuntura tem se mostrado eficaz no tratamento da endometriose por conseguir, por exemplo, aliviar sintomas de dor que os remédios não resolvem. Muitos dos casos de endometriose estão associados a processos aderenciais e à infertilidade, e para essas patologias a acupuntura também proporciona resultados favoráveis. Além da acupuntura, a Medicina Tradicional Chinesa orienta para que essas pessoas realizem atividades físicas e outras atividades corporais. Uma das dicas, desde que prazerosa, é a dança do ventre, atividade que movimentava a parte pélvica. Podemos também utilizar algumas ervas que ajudam no tratamento, assim como a prática da meditação e uma alimentação saudável <sup>(13)</sup>.

A Medicina Tradicional Chinesa (MTC) visa restabelecer o equilíbrio de energia dos meridianos, dos órgãos e das vísceras (*Zang Fu*), dessa forma levando ao equilíbrio energético para todo o corpo. Os canais de energia ou os meridianos estão distribuídos por todo o corpo de modo semelhante à rede nervosa, e são também, os locais de circulação energética que em desequilíbrio, podem levar às doenças.

A energia vital tem origem na vida intrauterina, é uma combinação de energia ancestral (*Jing Qi*), dos alimentos consumidos (*Gu Qi*) e do ar.

---

Os principais fatores que levam a doenças são a estagnação de *Qi* e de sangue nos canais de energia, alteração de energia nos respectivos canais e alterações energéticas nos órgãos e vísceras.

Segundo a Medicina Tradicional Chinesa, os canais de energia responsáveis pela menstruação são o fígado, o vaso governador, o vaso concepção e o baço. O movimento correto do sangue depende do *Qi* do fígado, com essas informações pode ser diferenciada a característica de excesso ou deficiência da patologia. O tratamento consiste em acalmar e nutrir o sangue, cessar o sangramento e a dor, diminuir a estagnação, mover e harmonizar o *Qi* dos meridianos envolvidos.

(14)

O presente artigo tem por objetivo expor a atuação da acupuntura na endometriose, que consiste na utilização de agulhas em determinados pontos do corpo e canais de energia, identificados como meridianos, com objetivo de promover de restaurar ou manter todas as funções orgânicas, ou seja, manter o equilíbrio energético, tonificando o *Qi* do fígado e do rim, removendo a estagnação de sangue no útero, refrescando-o quando há calor, aquecendo quando frio, harmonizando, nutrindo o sangue, diminuindo a dor <sup>(6)</sup>.

Este estudo, através de um estudo sistemático de revisão literária, tem como objetivo colaborar como uma ferramenta para o tratamento da endometriose, no qual a acupuntura vai promover alívio dos sintomas e cicatrização local.

## **METODOLOGIA**

Este estudo foi desenvolvido através de uma revisão bibliográfica, realizada no período de março de 2003 a abril de 2017, e os dados contidos foram obtidos através de livros do próprio acervo e artigos científicos especializados publicados através de fontes como *google acadêmico*, *scielo*, *bireme*, foram encontradas 40 literaturas sobre o tema e dentre estes foram utilizados apenas 14, com base de dados e publicações científicas, usando como critérios publicações impressas, assim como fontes virtuais tendo como base artigos e livros escritos em português e foram utilizados literaturas mais antigas por motivo de embasamento do assunto citado em todo o trabalho que enfatiza a importância do tratamento da endometriose em mulheres em idade reprodutiva através da acupuntura.

Na coleta de dados nos meios eletrônicos foi elaborada uma estratégia de busca utilizando o cruzamento das palavras-chave sobre acupuntura, endometriose e dor pélvica.

Com objetivo de obter informações sobre patologia estudada e a abordagem da técnica escolhida como método de tratamento, para o segmento desta pesquisa não houve restrição de

idioma, com isso, vários estudos referentes ao assunto foram encontrados, no entanto, uma minoria foi integrada dentro dos padrões de confiabilidade adotada para pesquisas científicas, por essa razão, as datas das pesquisas também não são muito atuais.

## RESULTADOS

Os resultados obtidos através da leitura dos 40 artigos e livros encontrados nos permitem dar ênfase ao tema abordado e demonstra que a acupuntura pode aliviar as dores de forma eficaz permitindo assim uma melhora significativa nas mulheres que sofrem desse incômodo que é a endometriose.

**Tabela 1.** Pontos mais utilizados na Endometriose por Estagnação de *Qi* e *Xue*

F3	<i>Taichong</i>	Controla <i>Yang</i> do Fígado, extingue vento interior, suaviza o fluxo de <i>Qi</i> do Fígado, resolve umidade, revigora o <i>Xue</i> , regula a menstruação, acalma a mente ( <i>Shen</i> ).
VB34	<i>Yanlingquan</i>	Suaviza o fluxo de <i>Qi</i> do <i>Xue</i> , resolve calor umidade no Fígado e Vesícula Biliar, remove obstrução no canal.
Ba10	<i>Xuehai</i>	Esfria, revigora o <i>Xue</i> e elimina estase, interrompe sangramento, regula menstruação, nutre <i>Xue</i> , controla rebelião do <i>Qi</i> .
VC3	<i>Zhongji</i>	Resolve umidade e calor no aquecedor inferior, fortalece Rim, nutre a Essência ( <i>Jing</i> ), beneficia o Útero, regula menstruação.
E29	<i>Guilai</i>	Revigora o <i>Xue</i> no Útero, ergue o <i>Qi</i> , fixa a Essência.
Ponto Extra	<i>Yintang</i>	Acalma a Mente ( <i>Shen</i> ), foca os pensamentos, extingue o Vento
PC6	<i>Neiguan</i>	Abre o tórax, move <i>Qi</i> e <i>Xue</i> do tórax, revigora <i>Xue</i> , acalma a Mente, movimentam o <i>Qi</i> do Fígado.

Ba6	<i>Sanyinjiao</i> – Cruzamento dos Três <i>Yin</i>	Fortalece Baço, resolve umidade, estimula função do Fígado, suaviza o fluxo de <i>Qi</i> do Fígado, tonifica Rim, nutre <i>Xue</i> e o <i>Yin</i> , regula útero e menstruação, move <i>Xue</i> e remove estase, esfria o <i>Xue</i> , interrompe dor, analgesia e acalma a Mente ( <i>Shen</i> ).
B17	<i>Geshu</i> – <i>Shu</i> do Diafragma	Revigora, esfria, nutre e tonifica o <i>Xue</i> , interrompe sangramento, abre tórax e diafragma, controla rebelião do <i>Qi</i> .
Ba10	<i>Xuehai</i> – Mar de <i>Sangue</i>	Esfria, revigora o Sangue e elimina a estase, interrompe sangramento, regula menstruação, nutre o sangue, controla rebelião do <i>Qi</i> .
F8	<i>Ququan</i> - Nascente em Curva	Resolve umidade inferior, revigora sangue, regula menstruação, nutre o sangue do fígado, beneficia Bexiga e genitais.
B23	<i>Shenshu</i> - <i>Shu</i> do Rim	Tonifica o <i>Qi</i> , <i>Yang</i> e <i>Yin</i> do Rim; nutre o <i>Jing</i> do Rim, fortalece a lombar, nutre o sangue, beneficia ossos e medula, resolve umidade, tonifica o útero, <i>Ren Mai</i> , <i>Du Mai</i> .
B32	<i>Ciliao</i> - Segundo orifício	Regula a menstruação, remove umidade no aquecedor inferior, fortalece região lombar e sacral, tonifica a essência.
E36	<i>Suzanli</i> – Três Distâncias do pé	Tonifica <i>Qi</i> , sangue e <i>Qi</i> original, regula <i>Qi</i> nutritivo e defensivo ( <i>Wei Qi</i> ), regula intestinos, Aumenta <i>Yang</i> , expele vento, umidade e frio, resolve edema, restaura a consciência.

Fonte: Campiglia, 2010

**Tabela 2.** Pontos mais utilizados na Endometriose por Umidade e Calor.

F2	<i>Xingjian</i> – Entre Temporário	Seda fogo do Fígado, Controla <i>Yang</i> do Fígado, Extingue vento interior, esfria <i>Xue</i> , interrompe sangramento, acalma a mente ( <i>Shen</i> ), resolve umidade-calor no aquecedor inferior.
----	---------------------------------------	--

F3	<i>Taichong</i> – Penetração Maior	Controla <i>Yang</i> do Fígado, Extingue veto interior, Suaviza o fluxo de <i>Qi</i> do Fígado, Resolve umidade, revigora <i>Xue</i> , regula menstruação, acalma a mente ( <i>Shen</i> ).
IG4	<i>Hegu</i> – Vale da Junção	Expele vento exterior, libera exterior, dispersa <i>Qi</i> do Pulmão, Regula <i>Qi</i> defensivo ( <i>Wei Qi</i> ), regula transpiração, analgesia, interrompe dor, remove obstrução no canal, tonifica <i>Qi</i> , harmoniza subida e descida do <i>Qi</i> , acalma a mente.
Ba6	<i>Sanyinjiao</i> – Cruzamento dos Três Yin	Fortalece Baço, resolve umidade, estimula função do Fígado, suaviza o fluxo de <i>Qi</i> do Fígado, tonifica Rim, nutre <i>Xue</i> e o <i>Yin</i> , regula útero e menstruação, move <i>Xue</i> e remove estase, esfria o <i>Xue</i> , interrompe dor, analgesia e acalma a Mente ( <i>Shen</i> ).
Ba9	<i>Yinlingquan</i> – Manancial Yin no Montículo	Regula Baço, resolve umidade, abre as vias das águas, beneficia aquecedor inferior.
VC3	<i>Zhongji</i>	Resolve umidade e calor no aquecedor inferior, fortalece Rim, nutre a Essência ( <i>Jing</i> ), beneficia o Útero, regula menstruação.
E29	<i>Guilai</i>	Revigora o <i>Xue</i> no Útero, ergue o <i>Qi</i> , fixa a Essência.
VB26	<i>Daimai</i> – Vaso da Cintura	Resolve umidade no aquecedor inferior, regula vaso da cintura ( <i>Dai Mai</i> ) e Útero.

Fonte: Campiglia, 2010

## DISCUSSÃO

Deus et al. (2012), destaca que a endometriose é uma doença progressiva ginecológica que pode ser causa significativa de infertilidade. A dor pélvica crônica frequentemente acompanha a endometriose e tem trazido particularmente importantes consequências psicossociais e funcionais em adolescentes.

Kratka et al. (2002), evidencia como uma doença que traz impactos sobre as mulheres de diversas maneiras, físicos, psicológicos e sociais, sendo atualmente uma doença que atinge muitas

---

mulheres. Apesar de todo o conhecimento médico sobre a doença, ainda existem muitas perguntas sem respostas. A maioria das mulheres nunca ouviu falar da endometriose, antes de chegar ao diagnóstico – que muitas vezes pode levar anos, acarretando muito sofrimento físico e desgaste emocional.

Ferreira et al. (2006), salienta que a endometriose se manifesta também em órgãos extra pélvicos, na cicatriz cirúrgica, proveniente de cesariana ou outra cirurgia ginecológica, o local mais comum de desenvolvimento de endometriose fora da cavidade pélvica. Segundo Vieira (2010), a endometriose na visão da MTC tem sua origem em vários fatores, como a tensão emocional que leva a estagnação do Qi do fígado causando dor, frio e umidade que leva a estagnação do sangue que também leva à dor, esforço excessivo, partos próximos, doenças crônicas e atividade sexual em excesso.

Takeda (2004) evidencia pela visão da Medicina Tradicional Chinesa, que esta patologia está muito associada ao estresse emocional, dificuldade de lidar com conflitos emocionais, excesso de trabalho, dificuldades na esfera da sexualidade ou gestação, são etiologias que contribuem para o desenvolvimento deste processo. “Em outros aspectos as mulheres que têm mais propensão para desenvolver a endometriose, são aquelas que trabalham demais, têm dificuldades de relacionamento, principalmente afetivo, sentindo-se muitas vezes bloqueadas, presas e estagnadas”.

Vieira (2010) enfatiza que a acupuntura vem se tornando uma grande aliada no combate a endometriose, onde o tratamento é realizado como complementar, inclusive para potencializar resultados nos casos que não respondem de forma adequada ao tratamento convencional, utilizando as agulhas, é possível relaxar e combater o estresse, um dos fatores que apontam para o desenvolvimento da endometriose. O uso da acupuntura também alivia o quadro de dor, adversidade que alguns remédios não conseguem reverter.

Segundo Ma, Ma & Cho (2006), a inserção de agulhas nos acupontos, estimula a produção e liberação de endorfina, relaxando o sistema cardiovascular e muscular, aliviando o estresse físico e restaurando o equilíbrio, promovendo o alívio da dor.

## **CONCLUSÃO**

A acupuntura tem demonstrado bons efeitos no tratamento da endometriose que é uma doença que está cada vez mais frequente nas mulheres em idade reprodutiva onde o endométrio que era para ser expelido se aloja em outras regiões, como ovário e intestino e cresce causando dores na região pélvica e a infertilidade em muitos casos.



Os autores constataram que a acupuntura melhora o fluxo de sangue para o útero através da inibição do sistema nervoso simpático e pode melhorar o padrão do endométrio, pois tem como princípio de tratamento a remoção da estagnação do sangue e fortalecimento do *Yang* do rim, aliviando assim sintomas de dor, stress, ansiedade que é uma manifestação do desequilíbrio energético.

Apesar das dificuldades encontradas devido ao pequeno número de publicações confiáveis referentes ao assunto, o estudo mostrou que se a técnica for devidamente aplicada, a acupuntura pode sim ser eficaz no tratamento e principalmente na redução dos sintomas das dores causadas pela endometriose.

## REFERÊNCIAS

- Campiglia, H. (2010) *Domínio Do Yin: Da Fertilidade À Maternidade*. São Paulo: Roca.
- Ferreira, A. C. et al. (2006) Contribuição da ultra-sonografia de alta frequência no diagnóstico de endometriose de parede abdominal: relato de caso. *Rev Imagem*, 28(3).
- Kratka, C. P. (2002) *O enigma da endometriose*. Monografia, Licenciatura em Ciências Biológicas, Centro Universitário De Brasília – Brasília. Disponível em: <https://repositorio.uniceub.br/jspui/bitstream/123456789/2496/2/9863817.pdf>
- Ma, Y. T.; Ma, M.; Cho, Z. H. (2006) *Acupuntura para controle da dor: um enfoque integrado*. São Paulo: Roca.
- Takeda, F. L. (2004) Endometriose e Acupuntura. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/folha/colunas/querosermae/ult601u183.shtml> . Acesso em: 01 abr 2017 .
- Vieira, R. F. (2010) Endometriose e Acupuntura. Disponível: <https://guiaendometriose.com.br/> . Acesso em: 01 abr 2017.

### Informações do Artigo / Article Information

**Recebido em:** 20/06/2023

**Received on** June 20th, 2023

**Aprovado em:** 28/08/2023

**Accepted on** August 28th, 2023

**Publicado em:** 29/12/2023

**Published on** December 29th, 2023

**Conflitos de Interesse:** Os(as) autores(as) declararam não haver nenhum conflito de interesse referente a este artigo.

**Conflict of Interest:** None reported.

**Avaliação do artigo:** Artigo avaliado por pares.

**Article Peer Review:** Double review.

**Agência de Fomento:** Não tem.

**Funding:** No funding.

**Como citar este artigo / How to cite this article**

#### APA

Carvalho, S. & Torres, V. M. P. Q. (2023, jul/dez). Endometriose e acupuntura: uma revisão de literatura. *Rev. Mult. Amapá - REMAP*, 3(2), 36 – 46.

#### ABNT

CARVALHO, Sandra; TORRES, Virlele Maria Pereira Queiroz. Endometriose e acupuntura: uma revisão de literatura. **Rev. Mult. Amapá - REMAP**, v. 3, n. 2, p. 36 – 46, jul/dez 2023.



Esta obra está licenciada com uma licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial 4.0 Internacional.