

TÍTULO : INFLUÊNCIA DA INTERVENÇÃO DIETÉTICA NA ENDOMETRIOSE

INTRODUÇÃO: A endometriose é uma condição inflamatória crônica caracterizada pelo tecido endometrial extrauterino sucedido predominantemente em mulheres com idade fértil. Diversas teorias tentam explicar a etiologia dessa doença, sendo a implantação metastática por menstruação retrógrada proposta por Sampson a mais aceita, a qual sugere um refluxo menstrual vindo das trompas de falópio, corrente sanguínea ou vasos linfáticos gerando implantações endometriais em superfícies serosas fora do útero. Ademais, pesquisas relacionam o efeito terapêutico da dieta na percepção da dor em mulheres com endometriose. No entanto, ainda não é evidente a intervenção de alimentos contendo anti-inflamatórios para mitigar os sintomas da endometriose. **OBJETIVOS:** Explicitar a influência da intervenção dietética nos sintomas associados à endometriose. **METODOLOGIA:** É um estudo descritivo que prioriza revisão bibliográfica. Realizou-se uma busca no PubMed, Scielo e BVS. Os descritores pesquisados de acordo com o DeCS e MeSH, foram endometriosis, diet, anti inflammatory, symptoms. Foram utilizados artigos em português e em inglês, com ano de publicação entre 2015 e 2022. **RESULTADOS:** A endometriose evidencia-se como tecido endometrial localizado de forma ectópica, principalmente na parede peritoneal, ovários e septo retovaginal. Essa condição que advém da aderência proliferativa endometrial extrauterina provoca uma inflamação crônica que envolve uma tríade característica de infertilidade, dispareunia profunda e dor pélvica. Para a minimização desse quadro inflamatório, estudos apontam que compostos nutricionais advindos de dietas ricas em frutas, vegetais e ômega 3 apresentam efeitos anti-inflamatórios, antiangiogênicos e antioxidantes nos quais reduzem lesões endometriais. Estudos estão sendo aprofundados e alguns já identificaram casos-controle que apontam a relação efetiva entre endometriose e dietoterapia. **CONCLUSÃO:** Em síntese, é possível notar a importância de ajustes dietéticos em relação à condução do tratamento clínico, através da dieta rica em alimentos anti-inflamatórios, de modo a reduzir a percepção de dor nas pacientes com endometriose melhorando a qualidade de vida.

PALAVRAS-CHAVE: Endometriose; Dieta; Anti-inflamatório.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

TORRES, Juliana Ilky da Silva Lima et al. Endometriose, dificuldades no diagnóstico precoce e a infertilidade feminina: Uma Revisão. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 6, p. e6010615661-e6010615661, 2021.

DA CONCEIÇÃO, Haylane Nunes et al. Endometriose: aspectos diagnósticos e terapêuticos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, n. 24, p. e472-e472, 2019.

SVERRISDÓTTIR, Una Áslaug; HANSEN, Sara; RUDNICKI, Martin. Impact of diet on pain perception in women with endometriosis: A systematic review. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, 2022.

KRABBENBORG, Iris et al. Diet quality and perceived effects of dietary changes in Dutch endometriosis patients: an observational study. *Reproductive BioMedicine Online*, v. 43, n. 5, p. 952-961, 2021.

NIRGIANAKIS, Konstantinos et al. Effectiveness of dietary interventions in the treatment of endometriosis: a systematic review. *Reproductive sciences*, p. 1-17, 2021.

REGINA DE SOUSA, TATIANE et al. Prevalência dos sintomas da endometriose.: Revisão Sistemática. *CES Medicina*, v. 29, n. 2, p. 211-226, 2015.

PORFÍRIO, Gabriela Pimentel et al. O papel da dieta na etiologia da endometriose. *Braspen J*, p. 183-188, 2017.

OSMANLIOĞLU, Şeyma; SANLIER, Nevin. The relationship between endometriosis and diet. *Human Fertility*, p. 1-16, 2021.

PARAZZINI, Fabio et al. Diet and endometriosis risk: a literature review. *Reproductive Biomedicine Online*, v. 26, n. 4, p. 323-336, 2013.

VERCELLINI, Paolo et al. Endometriosis: pathogenesis and treatment. *Nature Reviews Endocrinology*, v. 10, n. 5, p. 261-275, 2014.

