

## PREVENÇÃO PRIMÁRIA DE ENDOMETRIOSE: REVISÃO DE LITERATURA

**INTRODUÇÃO:** Endometriose são glândulas endometriais e estroma fora da cavidade uterina, em meio dependente de estrogênio e inflamação<sup>1</sup>. Hoje, mais de 190 milhões de mulheres e adolescentes no mundo são afetadas pela doença durante a idade reprodutiva<sup>2</sup>. A etiologia mais aceita é a teoria da menstruação retrógrada, onde o tecido endometrial viável se dissemina para a cavidade peritoneal através das trompas, no período menstrual, e gera resposta inflamatória<sup>3</sup>. Menarca precoce, ciclo menstrual curto, fluxo menstrual intenso, tamanho corporal magro e gravidez/paridade reduzidas concedem maior risco de desenvolver endometriose, porém, como sua causa ainda é desconhecida, o potencial da prevenção primária é limitado<sup>2</sup>. **OBJETIVO:** O objetivo dessa revisão foi buscar na literatura evidências sobre prevenção primária da endometriose. **MÉTODO:** Revisão de literatura utilizando o descritor “prevenção primária de endometriose” na base de dados PUBMED. **RESULTADOS:** Chegou-se à conclusão de que a exposição a poluentes ambientais não tem grande relação sobre o risco de desenvolver endometriose, já a alergia ao níquel parece ter influência. Ainda, não há evidências que associam significativamente dieta e endometriose, embora mulheres com a doença pareçam consumir menos vegetais, frutas, laticínios e mais carne vermelha, café e gorduras trans. Dados recentes associam consumo de álcool e risco de endometriose. Níveis mais baixos de vitamina D também foram vistos em mulheres com endometriose. Também, meta-análises de estudos de associação genômica ampla identificaram polimorfismos de nucleotídeos associados à patologia, porém, não há evidências para recomendar teste genético para avaliar o risco de desenvolver a doença<sup>2</sup>. **CONCLUSÃO:** Por fim, mesmo sendo uma patologia prevalente, a endometriose traz muitas incógnitas no que diz respeito à sua prevenção primária. Mesmo não havendo evidência direta de benefício na prevenção da endometriose no futuro, deve-se aconselhar as mulheres a buscarem um estilo de vida e dieta saudáveis, com redução de ingestão de álcool e atividade física regular<sup>2,4</sup>. **REFERÊNCIAS**

1- ROTINAS em Ginecologia e Obstetrícia. 7. ed. [S. l.: s. n.], 2017. 2- EHRE. Endometriosis Guideline Development Group. Endometriosis – Guideline of European Society of Human Reproduction and Embryology, 2022. 3- ZHANG, Tao; CAROLIS, Caterina de; MAN, Gene Chi Wai; WANG, Chi Chiu. The link between immunity, autoimmunity and endometriosis: a literature update. **Autoimmunity Reviews**, [S.L.], v. 17, n. 10, p. 945-955, out. 2018. Elsevier BV. 4- BONOCHER,

Camila M; MONTENEGRO, Mary L; SILVA, Julio C Rosa e; A FERRIANI, Rui; MEOLA, Juliana. Endometriosis and physical exercises: a systematic review. **Reproductive Biology And Endocrinology**, [S.L.], v. 12, n. 1, p. 4, 2014. Springer Science and Business Media LLC.

PALAVRAS-CHAVE: Endometriose, prevenção primária, fatores de risco