



XVIII Encontro de Extensão Universitária da Universidade Federal de Campina Grande.
Extensão Universitária: Transformando Realidades e Construindo Esperança.
De 18 a 26 de março de 2025.
Campina Grande, Patos, Sousa, Pombal, Cuité, Sumé e Cajazeiras, PB – Brasil.

MUITO ALÉM DA DOR - A ENDOMETRIOSE EM PAUTA

*Rebeca Dantas da Silva Cardoso¹, Maria Eduarda Melo de Oliveira², Bianca Karoline Camilo Lima³, Edna de Queiroz Maciel⁴, Isadora Emanuelle de Araújo Cordeiro⁵, Teresinha do Bú Melo⁶
(teresinha.melo@ebserh.gov.br)*

Resumo: O projeto buscou acolher as mulheres que convivem com a Endometriose, de forma a direcionar políticas de cuidados específicos, de intervir na realidade psicossocial das pacientes e de conscientizá-las sobre a importância de um ambiente de apoio e cooperação. As ações foram desenvolvidas na Unidade da Mulher, abordando mulheres em idade reprodutiva e/ou com diagnóstico positivo para a doença. Como resultado, observou-se um aumento significativo no conhecimento e, consequentemente, no autocuidado das pacientes portadoras.

Palavras-chaves: Endometriose, Saúde feminina, Autocuidado e Conhecimento.

1. Introdução

A endometriose é uma doença ginecológica crônica e benigna que apresenta tecido endometrial funcional fora da cavidade uterina e do miométrio, com predomínio na pelve feminina. Essa patologia, de caráter multifatorial, acomete principalmente mulheres em idade reprodutiva, momento no qual a doença manifesta seus principais sintomas, os quais estão associados a dor pélvica, dores nas relações sexuais e no período menstrual, irregularidades no fluxo, infertilidade e dor ao evacuar ou urinar⁽¹⁾.

Por causar manifestações sintomatológicas diversas, a doença em questão pode se tornar uma grande inimiga da mulher, que passa a ter seu cotidiano afetado por dores incapacitantes⁽²⁾. Entretanto, os prejuízos físicos, psíquicos e sociais atrelados à doença que restringem e moldam a rotina e o convívio das mulheres nem sempre são validados por elas e nem pelas pessoas ao seu redor, ou, às vezes, são associados a um estado normal provocado pela doença, fazendo com que a mulher conviva a vida inteira com dor.

Além do mais, a jornada de luta contra a endometriose pode ser solitária e de difícil entendimento para as pessoas que lidam com a doença. Nesse sentido, uma rede de apoio firmada em pessoas que vivenciam dores e angústias semelhantes pode ser uma aliada na jornada contra a doença, tendo em vista as próprias mulheres se sentirão ouvidas, acolhidas e compreendidas entre si, sendo uma forma de cooperação no

entendimento da Endometriose e na continuidade do tratamento. Há relatos que o conhecimento de outras mulheres com endometriose promove empatia e troca de experiências, sendo um contato agradável e que auxilia na transformação e no enfrentamento de expectativas negativas associadas à doença⁽³⁾.

Esse quadro só é possível devido à falta de acesso a um conhecimento sólido que demonstre alternativas para lidar melhor com a doença, como métodos adequados e específicos de tratamento, acompanhamento psicológico para lidar com a carga emocional inerente à doença e uma rede de apoio instruída a amparar e a auxiliar as mulheres. Infelizmente, a ausência desses aspectos ainda é bastante presente na vida das pacientes, que terminam vivenciado a doença com muitas dúvidas e por conta própria⁽⁴⁾.

Nesse sentido, percebeu-se que estabelecer um canal de comunicação entre essas mulheres é de extrema importância na compreensão da doença como um todo, a fim de obter abordagens que tornem a convivência com a doença mais tolerável à mulher. A extensão universitária surge, então, como uma oportunidade única nessa jornada, tendo em vista que cria um canal de comunicação direto e acessível com a sociedade, auxiliando no entendimento e na resolução de problemas.

Assim, com uma abordagem simples e eficaz, o presente projeto de extensão objetivou acolher as mulheres que convivem com a Endometriose e suas principais queixas, de forma a direcionar políticas de cuidados específicos e de disseminar possibilidades esquecidas com a presença da doença, além de intervir, por meio de diálogos individualizados e de rodas de conversas acolhedoras, na criação de redes de apoio e na realidade psicossocial das pacientes, incentivando-as a não desistir do tratamento e, por fim, conscientizar sobre a importância de um ambiente de apoio e de auxílio entre as próprias pacientes.

Para tanto, como forma de encontrar um lugar fértil para fazer a diferença e iniciar a mudança perante o atual contexto da Endometriose, escolheu-se como público-alvo deste projeto as pacientes atendidas pela Unidade da Mulher, localizada em Campina Grande - PB, do Hospital Universitário Alcides Carneiro (HUAC), que, além de reunir muitas mulheres em idade reprodutiva, possui também diversas pacientes com o

^{1,2,3,4,5} Estudantes de Graduação, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

⁶ Orientadora e Coordenadora, Chefe da Unidade da Mulher, UFCG, Campus Campina Grande, PB. Brasil.

diagnóstico positivo de Endometriose.

2. Metodologia

Inicialmente, foi realizada uma capacitação e treinamento dos discentes a respeito do tema do projeto e de sua importância por meio da realização de reuniões pela plataforma virtual Google Meet®, do compartilhamento de referências bibliográficas que fundamentaram a temática da pesquisa e da realização de debates em grupo sobre o tema da pesquisa, de forma a esclarecer dúvidas e ouvir sugestões.

Depois, realizou-se uma visita à Unidade da Mulher, na qual buscou-se conversar com a equipe multiprofissional do local para entender o panorama geral da Endometriose no local, como: a quantidade de mulheres acometidas pela doença, as principais queixas, a linearidade do tratamento e os dias mais intensos de procura por serviços.

Com a organização e a fundamentação traçada, pensou-se em estratégias de adesão das mulheres aos objetivos do projeto, analisando quesitos como: os dias de visitas pelos extensionistas ao serviço, objetivando os dias e períodos mais visitados pelas pacientes, e a decisão sobre quais oficinas serão realizadas e de que forma ocorrerá cada abordagem, de forma a facilitar a interação e participação.

Os encontros na Unidade da Mulher passaram a ocorrer quinzenalmente, especialmente na quarta-feira de manhã, considerando o dia e o turno mais movimentado. Nos intervalos semanais dos encontros, ocorreria a produção dos materiais e do cronograma semanal adequado e focado com as informações colhidas anteriormente.

Priorizou-se a confecção de banners para levar para as ações, de forma a chamar mais atenção do público, e de cartilhas informativas e didáticas sobre a Endometriose para ficarem constantemente expostas na Unidade da Mulher, abordando: a) Dados sobre a doença; b) Sintomatologia; c) Formas de diagnósticos; d) Formas de tratamento; e) Importância do acompanhamento profissional e pessoal na manutenção da qualidade de vida. Além de informativos, a cartilha e o banner também direcionavam para a rede social do projeto (*endometriose.ufcg*), o que ajudou a criar um laço ainda maior com as pacientes.

A cada encontro, buscou-se introduzir novas e diferentes informações sobre a Endometriose, por meio de slides ilustrativos, dinâmicas interativas e momentos de dúvidas. Além do mais, estabeleceu-se também rodas de conversa durante todo o projeto, objetivando criar um canal de comunicação, de esclarecimento e de auxílio para as mulheres, fugindo um pouco do modelo vertical de informação. Nesse momento, foi estimulado o compartilhamento de vivências e de descobertas com a Endometriose, criando uma rede de apoio entre as mulheres.

Todas as ações eram continuamente divulgadas na rede social do projeto, de forma a estimular cada vez mais a participação das mulheres, além de incentivar a visibilidade e a divulgação do projeto.

Por fim, ao final de cada mês, fazia-se uma reunião entre os extensionistas para realizar um balanço dos

pontos positivos e negativos dos encontros, buscando realizar ajustes e otimizar a realização do projeto.

3. Resultados e Discussões

Com base no que foi proposto e objetivado, a análise dos resultados obtidos com o projeto "Muito além da dor – a endometriose em pauta" revela a importância de uma abordagem multidimensional no enfrentamento dos desafios impostos pela endometriose. A integração de ações educativas, de suporte emocional e de aproximação com a equipe multiprofissional proporcionou não apenas a disseminação de informações, mas também a criação de um ambiente acolhedor e propício à troca de experiências entre as mulheres.

Em média, foram realizadas 08 ações, compostas geralmente por uma equipe de 6 alunos, nas quais foi possível alcançar um público aproximado de 200 pessoas, entre pacientes e acompanhantes, que tiveram acesso a informações qualificadas sobre a doença, seus sintomas, impactos e possibilidades.



Figura 1 - Equipe multidisciplinar em uma ação na Unidade da Mulher.

Os dados indicam que o acolhimento individualizado, aliado às rodas de conversa e aos encontros informativos, contribuiu significativamente para o fortalecimento do vínculo entre as pacientes e os profissionais de saúde. Esse suporte emocional tem papel crucial na redução dos sentimentos de isolamento e estigmatização, frequentemente relatados por mulheres com endometriose. A experiência compartilhada entre as participantes permitiu que elas se sentissem ouvidas e compreendidas, o que, conforme apontado por Cordeiro et al. (4), é fundamental para incentivar a continuidade do tratamento e mitigar o impacto psicológico da doença.

A implementação de rodas de conversa e debates proporcionou um espaço de diálogo onde as pacientes puderam discutir suas angústias, trocar informações e identificar estratégias de enfrentamento que já haviam sido eficazes em suas trajetórias. Essa interação não só fortaleceu a autoestima e a percepção de autocuidado,

mas também contribuiu para a construção de uma rede de apoio sólida. A literatura corrobora que a troca de experiências entre mulheres pode levar a uma empatia maior e a uma reinterpretação dos desafios diários impostos pela doença⁽³⁾.



Figura 2 - Discussão com o público sobre tópicos relevantes da Endometriose.

A colaboração entre extensionistas e a equipe multiprofissional da Unidade da Mulher se revelou um elemento-chave para a eficácia do projeto. Essa integração permitiu a identificação de demandas específicas, a adequação dos materiais informativos e a definição de estratégias de abordagem que consideraram as particularidades do atendimento local. Esse trabalho conjunto potencializa a capacidade de intervenção, proporcionando uma abordagem holística que atende tanto às necessidades médicas quanto às emocionais das pacientes.



Figura 3 - Equipe organizando mais uma ação na Unidade da Mulher.

Os banners, cartilhas e demais materiais informativos foram fundamentais para ampliar o conhecimento das pacientes acerca da endometriose, esclarecendo dúvidas sobre a sintomatologia, métodos diagnósticos e opções terapêuticas. Somado a isso, a divulgação de

informações acessíveis e bem estruturadas, inclusive nas redes sociais, empodera as mulheres, permitindo uma participação mais ativa no processo de decisão sobre seu tratamento. Essa democratização do conhecimento contribui para a diminuição do estigma e reforça a importância do acompanhamento contínuo.



Figura 4 - Exposição de banner e registro de mais uma ação na Unidade da Mulher.



Figura 5 - Café realizado na Unidade da Mulher pelas extensionistas, bem como registro de algumas lembrancinhas entregues no dia.

Embora os resultados iniciais sejam promissores, é importante reconhecer as limitações inerentes a um projeto que ainda carece de iniciativas na sociedade. A necessidade de um acompanhamento longitudinal é essencial para avaliar a sustentabilidade das mudanças observadas e a evolução do impacto na qualidade de vida das participantes. Fatores como variabilidade individual da progressão da doença e condições socioeconômicas podem influenciar os resultados e devem ser considerados em estudos futuros, considerando uma abordagem mais integral. A continuidade deste tipo de intervenção poderá fornecer dados mais robustos,

permitindo o refinamento e a ampliação das estratégias adotadas.

Em síntese, a discussão evidencia que a abordagem integrada – que combina acolhimento, suporte psicossocial, educação e trabalho colaborativo entre profissionais – é uma estratégia eficaz para melhorar o enfrentamento da endometriose. A criação de um ambiente de diálogo e suporte não só contribui para a melhoria imediata na qualidade de vida, mas também estabelece as bases para práticas de cuidado mais humanizadas e centradas na paciente, fundamentais para o manejo de uma doença complexa e multifacetada.

4. Conclusão

O projeto "Muito além da dor – a endometriose em pauta" demonstrou, por meio dos resultados apresentados, o impacto positivo de uma abordagem multifacetada para o enfrentamento da endometriose.

Ao integrar ações educativas, apoio psicossocial e interações entre profissionais de saúde e pacientes, foi possível promover não apenas a disseminação do conhecimento sobre a doença, mas também um ambiente acolhedor e valioso para troca de experiências. As participantes relataram uma melhoria significativa na compreensão sobre a endometriose e na percepção de segurança para buscar tratamento, o que reflete a eficácia das estratégias adotadas. Essa ação, ao valorizar e fortalecer a saúde feminina, esteve alinhada aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU⁽⁵⁾, especialmente ao ODS 5 (Igualdade de Gênero).

A criação de uma rede de apoio entre as mulheres, aliada ao apoio emocional e à colaboração com a equipe multiprofissional da Unidade da Mulher, revelou-se fundamental para o fortalecimento do vínculo entre os pacientes e os profissionais, impactando diretamente na adesão ao tratamento e no enfrentamento da doença. Além disso, a distribuição dos materiais educativos possibilitou um maior empoderamento das pacientes, permitindo-lhes um papel mais ativo em seu processo de cuidado, o que reforçou o objetivo previsto pelo ODS 10⁽⁵⁾ de reduzir desigualdades, principalmente por meio da ampliação do acesso à informação e aos serviços de saúde.

Além do mais, com o auxílio de extensionistas, de profissionais de saúde e de estudantes de diversas áreas, o ODS 17 (Parcerias e Meios de Implementação)⁽⁵⁾ também foi fortalecido, o que contribuiu para uma abordagem integral das pacientes.

Assim, percebe-se que a continuidade e expansão da iniciativa se fazem necessárias, levando em consideração a diversidade de experiências individuais e um acompanhamento mais aprofundado para garantir a sustentabilidade dos resultados e a melhoria contínua. Em um contexto mais amplo, os dados gerados pelo projeto contribuem para um modelo de atenção mais humanizado, mais inclusivo e orientado às necessidades complexas das mulheres com endometriose.

Por fim, a partir desta experiência, é possível afirmar que estratégias integradas de educação, acolhimento e suporte psicossocial são fundamentais para garantir um cuidado de saúde mais eficaz e sensível às reais

demandas das pacientes.

5. Referências

1. Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO). Endometriose. São Paulo: FEBRASGO, 2021 (Protocolo FEBRASGO-Ginecologia, n. 78 / Comissão Nacional Especializada em Endometriose).
2. DE MORAIS, H. B., et al. Impactos negativos da endometriose na qualidade de vida da mulher acometida: uma revisão integrativa de literatura. **Brazilian Medical Students**, v. 5, n. 8, 2021.
3. DA MATTA, A. Z; MULLER, M. C. Uma análise qualitativa da convivência da mulher com sua endometriose. **Psicologia, saúde e doenças**, v. 7, n. 1, p. 57-72, 2006.
4. CORDEIRO, M. C., et al. . A endometriose e os seus impactos na qualidade de vida das mulheres: aspectos físicos, emocionais, tratamento e apoio psicológico. **CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, [S. I], v. 17, n. 3, p. e5394, 2024.
5. ONU BRASIL. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs>.

Agradecimentos

À UFCG pela concessão de bolsa(s) por meio da Chamada PROPEX 002/2024 PROBEX/UFCG.

À Unidade da Mulher pelo suporte e colaboração no desenvolvimento das atividades.

Aos orientadores e colaboradores por todo direcionamento e incentivo.

A toda equipe extensionista, bolsistas e voluntários, por tanto empenho e dedicação.