www.revistaft.com.br

Revista FT | ISSN 1678-0817 | v.30, n.164, 2026 | DOI: 10.69849/vzty4n67

Efeitos da fisioterapia pélvica na intensidade da dor e na qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica: revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados

Effects of pelvic physiotherapy on pain intensity and quality of life in women with chronic pelvic pain: a systematic review of randomized clinical trials

Júlia Cabral Moreira[1]
Marcelo Ferreira Duarte de Oliveira[2]

Resumo: A dor pélvica crônica é uma condição que pode comprometer a qualidade de vida das mulheres, interferindo em suas atividades diárias e no bem-estar físico e emocional. Nesse contexto, a fisioterapia pélvica apresenta-se como uma possibilidade terapêutica para o manejo dessa condição. O objetivo deste estudo foi analisar os efeitos da fisioterapia pélvica sobre a intensidade da dor e a qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica. Trata-se de uma revisão sistemática da literatura, com foco em ensaios clínicos randomizados. As buscas foram realizadas nas bases PubMed/MEDLINE e SciELO, além da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo a base LILACS, no período de julho a setembro de 2026. Foram considerados elegíveis estudos que investigaram intervenções de fisioterapia pélvica em mulheres com dor pélvica crônica e avaliaram a intensidade da dor e/ou a qualidade de vida. A seleção foi realizada por meio da análise dos títulos, resumos e textos completos, conforme os critérios de elegibilidade estabelecidos. Ao final, foram incluídos 11 ensaios clínicos randomizados. De modo geral, os estudos apontaram resultados favoráveis de determinadas intervenções fisioterapêuticas na redução da intensidade da dor. Entretanto, os achados relacionados à qualidade de vida foram menos consistentes. A heterogeneidade das intervenções, das características das participantes e dos métodos de avaliação, associada às limitações metodológicas identificadas, dificultou a comparação dos resultados.

[1] Centro Universitário União das Américas - Descomplica Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil. https://orcid.org/0009-0007-7226-4282
[2] Orientador. Centro Universitário União das Américas - Descomplica Uniamérica, Foz do Iguaçu, Paraná, Brasil.

Conclui-se que a fisioterapia pélvica apresenta potencial no manejo da dor pélvica crônica em mulheres, embora sejam necessários novos estudos com protocolos mais padronizados e períodos de acompanhamento mais longos para esclarecer a magnitude e a duração de seus efeitos.
Palavras-chaves: Fisioterapia pélvica; dor pélvica crônica; qualidade de vida; mulheres.

Abstract: Chronic pelvic pain is a condition that can compromise women's quality of life, interfering with their daily activities and physical and emotional well-being. In this context, pelvic physiotherapy is a therapeutic option for managing this condition. The aim of this study was to analyze the effects of pelvic physiotherapy on pain intensity and quality of life in women with chronic pelvic pain. This is a systematic literature review focusing on randomized clinical trials. Searches were conducted in the PubMed/MEDLINE and SciELO databases, as well as the Virtual Health Library (VHL), including the LILACS database, from July to September 2026. Studies investigating pelvic physiotherapy interventions in women with chronic pelvic pain and assessing pain intensity and/or quality of life were considered eligible. Study selection was carried out through the analysis of titles, abstracts, and full texts, according to the established eligibility criteria. A total of 11 randomized clinical trials were included. Overall, the studies indicated favorable results for certain physiotherapeutic interventions in reducing pain intensity. However, findings related to quality of life were less consistent. The heterogeneity of interventions, participant characteristics, and assessment methods, together with the methodological limitations identified, made it difficult to compare the results. It is concluded that pelvic physiotherapy has potential in the management of chronic pelvic pain in women, although further studies with more standardized protocols and longer follow-up periods are needed to clarify the magnitude and duration of its effects.
Keywords: Pelvic physiotherapy; chronic pelvic pain; quality of life; women.

1 Introdução

A dor pélvica crônica (DPC) é uma condição caracterizada pela presença de dor persistente ou recorrente na região pélvica, podendo estar associada a diferentes condições clínicas e envolver múltiplos mecanismos. Sua natureza multifatorial torna a avaliação e o manejo clínico desafiadores, uma vez que fatores ginecológicos, musculoesqueléticos, urológicos, gastrointestinais e psicossociais podem contribuir para a experiência dolorosa. Dessa forma, a compreensão da DPC exige uma abordagem abrangente, que considere a interação entre os diferentes fatores envolvidos na manifestação e na persistência dos sintomas (LAMVU et al., 2021).

Além das manifestações físicas, a DPC pode comprometer significativamente a qualidade de vida das mulheres. A persistência da dor pode interferir nas atividades cotidianas, na funcionalidade, na participação social e profissional e na saúde sexual, além de estar associada a repercussões emocionais. Essas consequências demonstram que a avaliação dessa condição não deve se limitar à intensidade da dor, sendo importante considerar também seus impactos sobre o bem-estar e a capacidade de realizar atividades diárias (VINCENT; EVANS, 2021).

Entre os fatores que podem contribuir para a manutenção dos sintomas, destacam-se as alterações musculoesqueléticas e miofasciais, especialmente as relacionadas à musculatura do assoalho pélvico. Algumas mulheres com DPC apresentam aumento da sensibilidade muscular, pontos-gatilho miofasciais e dificuldade de relaxamento dessa musculatura. Entretanto, essas alterações não estão presentes em todos os casos, e a dor pélvica crônica não deve ser atribuída exclusivamente a disfunções musculares, considerando a diversidade de mecanismos envolvidos na condição (LAMVU et al., 2021; VINCENT; EVANS, 2021).

Nesse contexto, a fisioterapia pélvica constitui uma abordagem conservadora que pode integrar o tratamento de mulheres com DPC. As intervenções podem incluir terapia manual, exercícios terapêuticos, técnicas de relaxamento, treinamento da função muscular e recursos eletrofísicos, conforme as características clínicas e as necessidades de cada paciente. Ensaios clínicos randomizados têm investigado diferentes estratégias, incluindo a eletroterapia associada ao tratamento hormonal em mulheres com endometriose, programas individualizados de reabilitação e técnicas de liberação miofascial combinadas com biofeedback e estimulação elétrica (MIRA et al., 2020; RODRÍGUEZ-TORRES et al., 2020; XU et al., 2022).

Apesar da diversidade de intervenções investigadas, os estudos apresentam diferenças quanto às características das participantes, aos protocolos terapêuticos, aos grupos de comparação e aos instrumentos utilizados para avaliar os resultados. Essas diferenças precisam ser consideradas na interpretação das evidências, uma vez que os efeitos observados em uma população específica ou após determinada intervenção não podem ser automaticamente generalizados para todas as mulheres com dor pélvica crônica. Além disso, a redução da intensidade da dor e a melhora da qualidade de vida representam desfechos relacionados, mas distintos, e podem apresentar resultados diferentes após o tratamento.

Diante disso, tornou-se relevante reunir e analisar criticamente as evidências científicas provenientes de ensaios clínicos randomizados sobre os efeitos da fisioterapia pélvica em mulheres com dor pélvica crônica. A síntese desses estudos contribuiu para compreender os resultados das intervenções investigadas, considerando seus benefícios, suas limitações e as diferenças entre os

tratamentos avaliados. Assim, o presente estudo teve como objetivo analisar os efeitos da fisioterapia pélvica sobre a intensidade da dor e a qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica, em comparação com outras abordagens terapêuticas, por meio de uma revisão sistemática de ensaios clínicos randomizados.

2 Metodologia

O presente estudo consistiu em uma revisão sistemática da literatura, com foco em ensaios clínicos randomizados que investigaram os efeitos de intervenções fisioterapêuticas relacionadas à reabilitação pélvica sobre a intensidade da dor e a qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica. A revisão buscou analisar os resultados das intervenções em comparação com outras abordagens terapêuticas, cuidados habituais ou grupos de controle, considerando os desfechos avaliados e as características dos tratamentos empregados.

A estratégia PICO foi utilizada para estruturar a pergunta norteadora da pesquisa, considerando a população de interesse, a intervenção investigada, as abordagens de comparação e os desfechos clínicos. Os componentes foram definidos da seguinte forma:

- P – População: mulheres com dor pélvica crônica, incluindo patologias associadas.
- I – Intervenção: fisioterapia pélvica e intervenções relacionadas à reabilitação pélvica.
- C – Comparação: outras abordagens terapêuticas, cuidados habituais ou grupos de controle.
- O – Desfechos: intensidade da dor e qualidade de vida.

Com base nesses componentes, estabeleceu-se a seguinte pergunta norteadora: a fisioterapia pélvica é capaz de reduzir a intensidade da dor e melhorar a qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica quando comparada a outras abordagens terapêuticas?

O levantamento bibliográfico foi realizado entre julho e setembro de 2026, com o objetivo de identificar ensaios clínicos randomizados que investigassem os efeitos de intervenções relacionadas à fisioterapia pélvica em mulheres com dor pélvica crônica.

As buscas foram realizadas nas bases de dados PubMed/MEDLINE e SciELO. Também foi consultada a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), incluindo a base LILACS. As estratégias de busca foram elaboradas a partir dos componentes da pergunta norteadora, utilizando termos relacionados à dor pélvica crônica, à fisioterapia, à reabilitação do assoalho pélvico e ao delineamento dos estudos.

Na PubMed/MEDLINE, foram utilizados termos em inglês relacionados à dor pélvica, à fisioterapia e aos ensaios clínicos randomizados. Na SciELO, foram realizadas duas buscas,

utilizando combinações de termos em português referentes à dor pélvica crônica, à fisioterapia e ao assoalho pélvico. Na BVS/LILACS, foi utilizada uma combinação de termos relacionados à dor pélvica crônica e à fisioterapia, não sendo identificados registros com a estratégia empregada. As estratégias de busca estão apresentadas no Quadro 1.

Quadro 1 – Estratégias de busca utilizadas nas bases de dados

Base de dados	Estratégia de Busca
PubMed/ MEDLINE	(“Chronic pelvic pain” OR “pelvic pain”) AND (“physical therapy” OR physiotherapy OR “pelvic floor rehabilitation”) AND (randomized controlled trial OR randomised controlled trial)
SciELO	“dor pélvica crônica” AND fisioterapia
SciELO	“dor pélvica crônica” AND “assoalho pélvico”
BVS/LILACS	(“dor pélvica crônica” OR “ dor pélvica”) AND (fisioterapia OR “reabilitação do assoalho pélvico”)

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

Foram considerados elegíveis ensaios clínicos randomizados que investigaram intervenções relacionadas à fisioterapia pélvica em mulheres com dor pélvica crônica e avaliaram a intensidade da dor e/ou a qualidade de vida como desfechos. A inclusão não foi condicionada à obtenção de resultados favoráveis às intervenções, permitindo a consideração de estudos com resultados positivos, negativos ou sem diferenças estatisticamente significativas entre os grupos, desde que atendessem aos demais critérios estabelecidos.

Foram excluídos estudos realizados com populações que não correspondiam à definida nesta revisão, pesquisas que não abordavam intervenções relacionadas à fisioterapia pélvica e estudos que não avaliaram os desfechos de interesse. Também foram excluídas revisões de literatura, pesquisas observacionais, relatos de caso, estudos não randomizados e publicações duplicadas. Estudos

envolvendo dor aguda ou dor relacionada exclusivamente à gestação ou ao período pós-parto, sem caracterização de dor pélvica crônica, também foram considerados inelegíveis.

A seleção dos estudos ocorreu por meio da análise dos registros identificados nas bases de dados, considerando inicialmente a remoção de publicações duplicadas. Foram identificados 223 registros, sendo 202 provenientes da PubMed/MEDLINE e 21 da SciELO, enquanto a busca na BVS/LILACS não identificou registros. Após a remoção de 83 duplicatas, permaneceram 140 registros para a etapa de triagem.

Inicialmente, foram analisados os títulos e resumos dos 140 registros, sendo excluídos 36 por não apresentarem relação com o tema da revisão ou por não corresponderem ao tipo de estudo estabelecido nos critérios de inclusão. Dessa forma, 104 registros permaneceram para avaliação dos textos completos.

Os 104 textos completos foram consultados e analisados quanto às características da população, às intervenções investigadas, ao delineamento metodológico e aos desfechos apresentados. Nessa etapa, 78 artigos foram excluídos por não atenderem aos critérios de elegibilidade, permanecendo 26 artigos para avaliações adicionais. Após leituras e análises sucessivas, outros 15 artigos foram excluídos, resultando em 11 estudos incluídos na revisão sistemática.

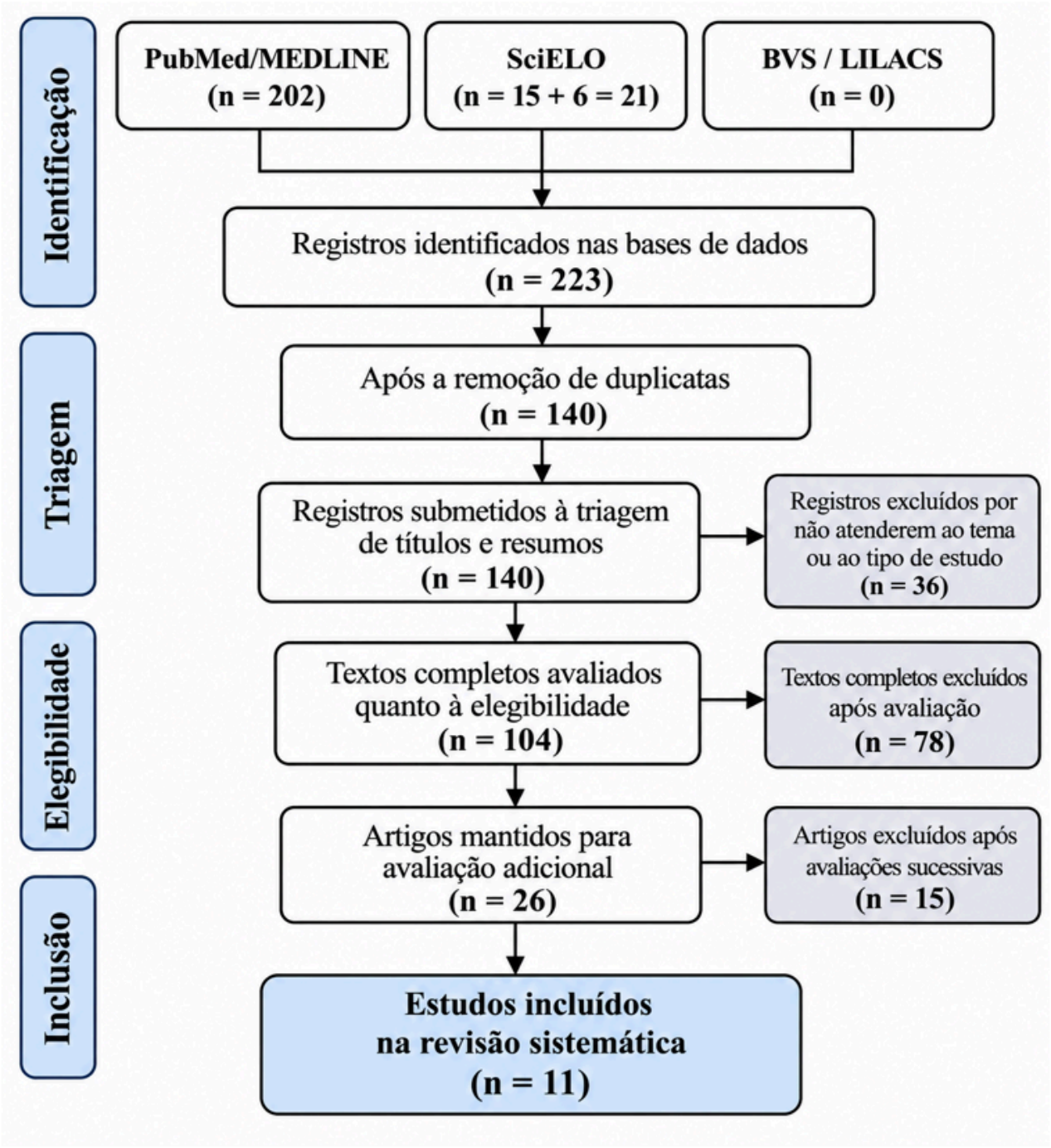
Após a seleção, os estudos incluídos foram analisados quanto às suas características metodológicas, às intervenções fisioterapêuticas utilizadas, aos grupos de comparação e aos resultados relacionados à intensidade da dor e à qualidade de vida. As informações foram organizadas em uma tabela para facilitar a descrição e a comparação dos estudos.

O risco de viés dos ensaios clínicos incluídos foi avaliado por meio da ferramenta Cochrane Risk of Bias 2 (RoB 2), considerando os domínios relacionados ao processo de randomização, aos desvios das intervenções pretendidas, aos dados de desfecho ausentes, à mensuração dos desfechos e à seleção dos resultados relatados.

A síntese dos achados foi realizada de forma descritiva, considerando as características das participantes, as intervenções empregadas, os resultados encontrados e as diferenças metodológicas entre os estudos. Devido à heterogeneidade dos protocolos terapêuticos, das populações e dos instrumentos de avaliação, os resultados foram apresentados de maneira narrativa, sem realização de metanálise.

O processo de identificação, triagem, elegibilidade e inclusão dos estudos foi organizado com base nas recomendações do Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA 2020), sendo apresentado por meio de fluxograma.

Figura 1 – Fluxograma do processo de seleção dos estudos



Fonte: PRISMA (2020), elaborado pela autora (2026).

3 Resultados e Discussão

Os estudos identificados durante as buscas bibliográficas foram organizados de acordo com os autores, o ano de publicação, o país de realização, os objetivos, as características metodológicas,

as intervenções investigadas e os desfechos avaliados. Foram consideradas, especialmente, as informações referentes à intensidade da dor e à qualidade de vida, em consonância com os objetivos desta revisão sistemática.

As buscas bibliográficas identificaram 223 registros, sendo 202 provenientes da base PubMed/MEDLINE e 21 da SciELO. Na BVS, incluindo a base LILACS, não foram identificados registros. Após a remoção de 83 duplicatas, permaneceram 140 registros para a etapa de triagem dos títulos e resumos. Nessa etapa, 36 registros foram excluídos, restando 104 artigos para avaliação na íntegra. Após essa análise, 78 artigos foram excluídos, enquanto 26 seguiram para avaliação complementar. Posteriormente, 15 artigos foram excluídos após a aplicação dos critérios de elegibilidade, resultando em 11 estudos incluídos na síntese final.

A Tabela 1 apresenta a caracterização dos 11 estudos incluídos nesta revisão sistemática, contemplando os autores, o ano de publicação, o local de realização, os objetivos, as características metodológicas, as intervenções investigadas e os desfechos avaliados.

Tabela 1: Descrição dos estudos incluídos na presente revisão sistemática. Foz do Iguaçu, 2026

Autor/ ano	Local	Tipo de estudo	Objetivos	Metodologia	Desfechos avaliados e principais resultados
Mira et al.,2020	Brasil	Ensaio clínico randomizado	Comparar o tratamento hormonal isolado com o tratamento hormonal associado à eletroterapia para controle da dor na endometriose profunda.	101 mulheres; tratamento hormonal isolado versus tratamento hormonal associado à eletroterapia.	Dor pélvica, dispareunia profunda, qualidade de vida e função sexual. Avaliou a contribuição da eletroterapia para o controle dos sintomas.

Gonçalves et al., 2017	Brasil	Ensaio clínico randomizado	Investigar os efeitos da prática de Hatha yoga sobre a dor associada à endometriose.	40 mulheres; grupo de yoga por oito semanas e grupo controle.	Dor pélvica diária, padrão menstrual e qualidade de vida. O grupo de yoga apresentou redução significativa da dor pélvica diária em comparação ao grupo controle (p = 0,0007). Foram observadas melhoras em domínios da qualidade de vida ao longo do tempo, em ambos os grupos.
Muñoz-Gómez et al., 2023	Espanha	Ensaio clínico randomizado (ECR), controlado por placebo	Avaliar a eficácia da terapia manual em mulheres com dor pélvica associada à endometriose.	Protocolo de terapia manual por oito semanas, comparado a placebo.	Houve melhora da intensidade da dor e da qualidade de vida física no grupo de terapia manual; a melhora da dor foi mantida nos acompanhamentos de um e seis meses.
Zoorob et al., 2015	Estados Unidos	Ensaio clínico randomizado piloto	Comparar injeções nos músculos elevadores do ânus com fisioterapia para mialgia do assoalho pélvico e dor sexual.	29 mulheres que concluíram o estudo; fisioterapia (17) versus injeções (12).	Dor vaginal, resposta global e função sexual. Ambos os grupos apresentaram redução da dor; o estudo comparou a resposta clínica às duas abordagens.

Istek et al., 2014	Egito	Ensaio clínico randomizado	Investigar os efeitos de longo prazo da estimulação percutânea do nervo tibial sobre a dor pélvica crônica.	33 mulheres; estimulação percutânea do nervo tibial versus controle.	Intensidade da dor e qualidade de vida. O grupo submetido à estimulação percutânea do nervo tibial apresentou redução significativa da intensidade da dor e melhora nos domínios de qualidade de vida avaliados. Os benefícios foram mantidos no acompanhamento de seis meses, enquanto o grupo controle não apresentou mudanças significativas.
Abdulaziz et al., 2021	Egito	Ensaio clínico randomizado	Avaliar os efeitos da ventosaterapia em pontos específicos sobre a dor pélvica crônica feminina.	30 mulheres; ventosaterapia associada a orientações de estilo de vida versus orientações isoladas.	Intensidade da dor, impacto da dor pélvica na vida das participantes e proteína C-reativa. Ambos os grupos apresentaram melhora, mas a redução da dor e de seu impacto foi mais expressiva no grupo que recebeu ventosaterapia seca associada às modificações no estilo de vida.

Rodríguez-Torres et al., 2020	Espanha	Ensaio clínico randomizado	Avaliar os efeitos de um programa abrangente de reabilitação sobre o controle postural em mulheres com dor pélvica crônica.	38 mulheres; programa individualizado de reabilitação por oito semanas versus folheto informativo.	Dor, saúde percebida, funcionalidade e controle postural. Investigou os efeitos da reabilitação sobre a dor e a funcionalidade.
Artacho-Cordón et al.,2023	Espanha	Ensaio clínico randomizado, controlado.	Avaliar os efeitos de um programa multimodal de exercícios terapêuticos supervisionados sobre a qualidade de vida, a dor e as alterações lombopélvicas em mulheres com endometriose que não responderam ao tratamento convencional.	Programa de exercícios terapêuticos supervisionados por fisioterapeuta, durante nove semanas.	Melhora da qualidade de vida, redução da intensidade da dispareunia e benefícios em parâmetros relacionados à dor e à função lombopélvica.

Xu et al., 2022	China	Ensaio clínico randomizado e controlado	Avaliar a liberação miofascial autoadministrada associada a biofeedback e eletroestimulação para dor miofascial pélvica.	68 participantes; associação de liberação miofascial, biofeedback e eletroestimulação versus biofeedback e eletroestimulação isolados, durante quatro semanas.	Intensidade da dor, pontos-gatilho, eletromiografia e impressão global de melhora. A associação reduziu a dor e a ativação de pontos-gatilho em alguns músculos; a melhora global não se manteve significativa no seguimento de 12 semanas.
Nygaard et al., 2020	Noruega	Ensaio clínico randomizado	Comparar os efeitos de um programa de fisioterapia multimodal em grupo, realizado em ambiente hospitalar, com a fisioterapia oferecida nos serviços de atenção primária em mulheres com dor pélvica crônica.	Participaram 62 mulheres, com idades entre 20 e 65 anos e dor pélvica há pelo menos seis meses. As participantes foram distribuídas entre o grupo de fisioterapia multimodal em ambiente hospitalar e o grupo de fisioterapia na atenção primária. O desfecho	Intensidade média da dor pélvica e qualidade de vida relacionada à saúde, entre outros desfechos. O grupo de fisioterapia multimodal hospitalar apresentou maior redução da intensidade média da dor após 12 meses em comparação ao grupo de fisioterapia na atenção primária (p = 0,027). Não foram identificadas diferenças significativas entre os grupos na qualidade de vida relacionada à saúde.

				principal foi avaliado desde o início até 12 meses de acompanhamento. No seguimento de 12 meses, havia dados disponíveis de 26 participantes do grupo de intervenção e 25 do grupo comparador.	
Coltri Bittelbrunn et al.,2024	Brasil	Ensaio clínico randomizado	Avaliar os efeitos da fisioterapia do assoalho pélvico e do mindfulness, isoladamente e em conjunto, em mulheres com dor pélvica crônica	Ensaio clínico randomizado com 49 mulheres, 38 completaram as duas intervenções e as quatro avaliações previstas. Fisioterapia do assoalho pélvico, incluindo eletroterapia, biofeedback, massagem de pontos-gatilho e orientações de cinesioterapia	A combinação das intervenções promoveu melhora progressiva da dor, da qualidade de vida e de parâmetros relacionados à função do assoalho pélvico. Parte dos benefícios permaneceu no acompanhamento.

				pélvica, combinada com um protocolo de mindfulness. A ordem das intervenções variou entre os grupos.	

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

Características dos estudos e das intervenções

Os 11 estudos incluídos nesta revisão sistemática investigaram diferentes abordagens fisioterapêuticas destinadas ao manejo da dor pélvica crônica em mulheres. Foram identificadas intervenções isoladas e combinadas, envolvendo recursos como exercícios terapêuticos, terapia manual, eletroterapia, biofeedback, estimulação do nervo tibial posterior, ventosaterapia, yoga e programas multimodais de reabilitação. Também foram investigadas intervenções associadas a outras estratégias terapêuticas, como a terapia hormonal e o mindfulness.

A diversidade das intervenções demonstra a variedade de recursos utilizados na abordagem fisioterapêutica da dor pélvica crônica. Entretanto, as diferenças entre os protocolos, a duração dos tratamentos e as características das participantes devem ser consideradas na interpretação e na comparação dos resultados apresentados pelos estudos.

Avaliação do risco de viés

A avaliação do risco de viés dos 11 ensaios clínicos randomizados incluídos nesta revisão foi realizada com base na ferramenta RoB 2 (*Risk of Bias 2*), desenvolvida pela Colaboração Cochrane. Foram considerados cinco domínios: processo de randomização (D1), desvios das intervenções pretendidas (D2), dados de desfecho ausentes (D3), mensuração dos desfechos (D4) e seleção do resultado relatado (D5).

Em relação ao processo de randomização (D1), nove estudos foram classificados como apresentando algumas preocupações, enquanto dois foram classificados como baixo risco de viés.

No domínio referente aos desvios das intervenções pretendidas (D2), dez estudos apresentaram algumas preocupações e um foi classificado como de baixo risco.

Quanto aos dados de desfecho ausentes (D3), seis estudos foram classificados como baixo risco de viés e cinco apresentaram algumas preocupações. No domínio da mensuração dos desfechos (D4), nove estudos foram classificados como alto risco de viés, um como baixo risco e um como apresentando algumas preocupações. Já no domínio relacionado à seleção do resultado relatado (D5), dez estudos apresentaram algumas preocupações e um foi classificado como baixo risco.

Na avaliação geral, nove estudos foram classificados como apresentando alto risco de viés, enquanto dois apresentaram algumas preocupações. Esses resultados indicam a presença de limitações metodológicas nos ensaios clínicos incluídos, especialmente relacionadas à mensuração dos desfechos, aspecto que deve ser considerado na interpretação dos achados desta revisão.

Dessa forma, os resultados devem ser interpretados com cautela, uma vez que as limitações metodológicas identificadas podem influenciar a confiança nas evidências disponíveis sobre os efeitos das intervenções fisioterapêuticas na dor pélvica crônica.

Efeitos da fisioterapia pélvica na intensidade da dor

Os estudos incluídos nesta revisão investigaram diferentes intervenções fisioterapêuticas destinadas à redução da intensidade da dor pélvica crônica em mulheres. De modo geral, foram observados resultados favoráveis em diferentes abordagens, embora os efeitos tenham variado de acordo com as características das participantes, os recursos terapêuticos empregados e os protocolos de intervenção.

Mira et al. (2020) observaram redução da dor pélvica crônica no grupo que recebeu terapia hormonal associada à eletroterapia após oito semanas de intervenção, sugerindo possíveis benefícios da combinação entre as abordagens. De maneira semelhante, Rodríguez-Torres et al. (2020) identificaram resultados favoráveis para a dor após a realização de um programa individualizado de reabilitação, em comparação ao grupo que recebeu orientações por meio de folheto informativo.

Os efeitos da terapia manual também foram investigados por Muñoz-Gómez et al. (2023), que observaram melhora da intensidade da dor em mulheres com endometriose, com manutenção dos benefícios nos acompanhamentos realizados após um e seis meses. Já Zoorob et al. (2015), ao

compararem a fisioterapia com as injeções nos músculos levantadores do ânus, verificaram redução da dor em ambos os grupos, sem diferença significativa entre as intervenções.

Outras modalidades também apresentaram resultados favoráveis. Istek et al. (2014) observaram redução significativa da intensidade da dor no grupo submetido à estimulação percutânea do nervo tibial, com manutenção dos benefícios no acompanhamento de seis meses. Xu et al. (2022), por sua vez, identificaram redução da dor com a associação entre liberação miofascial autoadministrada, biofeedback e eletroestimulação, em comparação à utilização isolada de biofeedback e eletroestimulação. Entretanto, a melhora global não se manteve significativa no acompanhamento de 12 semanas.

Além dessas abordagens, Abdulaziz et al. (2021) observaram que a ventosaterapia seca aplicada em pontos neurogênicos, associada a modificações no estilo de vida, promoveu reduções significativas na intensidade da dor e no impacto da dor pélvica na vida das participantes, em comparação ao grupo que recebeu apenas orientações sobre o estilo de vida. Embora ambos os grupos tenham apresentado melhora após oito semanas, os resultados foram mais expressivos no grupo submetido à intervenção com ventosaterapia. Artacho-Cordón et al. (2023) avaliaram um programa multimodal de exercícios terapêuticos supervisionados, identificando resultados favoráveis na dor, especialmente em relação à intensidade da dispareunia. Coltri Bittelbrunn et al. (2024) também observaram melhora progressiva da dor após intervenções envolvendo fisioterapia do assoalho pélvico e mindfulness, isoladamente e em combinação.

Gonçalves et al. (2017) observaram que as mulheres que participaram da intervenção com yoga apresentaram redução significativa da dor pélvica diária em comparação ao grupo controle ($p = 0,0007$). Nygaard et al. (2020) compararam um programa de fisioterapia multimodal em grupo, realizado em ambiente hospitalar, com a fisioterapia oferecida na atenção primária. Após 12 meses, o grupo submetido à intervenção hospitalar apresentou maior redução da intensidade média da dor pélvica em comparação ao grupo controle, com diferença estatisticamente significativa entre os grupos ($p = 0,027$). Entretanto, os autores destacaram que a magnitude dessa diferença foi menor do que a esperada e que sua relevância clínica ainda é incerta.

Em conjunto, os achados sugerem que diferentes abordagens fisioterapêuticas podem contribuir para o manejo da dor pélvica crônica em mulheres. Contudo, a diversidade das intervenções, dos protocolos e das populações estudadas exige cautela na comparação dos resultados. Além disso, nem todos os estudos permitem identificar com clareza a contribuição isolada de cada recurso terapêutico, o que impossibilita estabelecer a superioridade de uma modalidade específica.

Efeitos da fisioterapia pélvica na qualidade de vida

A qualidade de vida foi um dos desfechos avaliados em parte dos estudos incluídos, permitindo analisar os possíveis benefícios das intervenções fisioterapêuticas para além da redução da intensidade da dor. Mira et al. (2020) avaliaram esse desfecho em mulheres submetidas à terapia hormonal isolada e à associação entre terapia hormonal e eletroterapia, considerando as repercussões da endometriose em diferentes aspectos da vida das participantes.

Muñoz-Gómez et al. (2023) identificaram melhora da qualidade de vida relacionada à saúde física após a aplicação de terapia manual em mulheres com endometriose. De maneira semelhante, Istek et al. (2014) observaram melhora nos domínios de qualidade de vida avaliados após a estimulação percutânea do nervo tibial, com manutenção dos benefícios durante o acompanhamento de seis meses. Gonçalves et al. (2017) também avaliaram a qualidade de vida por meio do questionário EHP-30. Os autores identificaram diferenças significativas ao longo do tempo nos domínios de dor, impotência, bem-estar, imagem, trabalho e tratamento. Entretanto, houve melhora da qualidade de vida em ambos os grupos, não sendo possível atribuir todos esses resultados exclusivamente à intervenção com yoga.

Artacho-Cordón et al. (2023) também encontraram resultados favoráveis na qualidade de vida após a realização de um programa multimodal de exercícios terapêuticos supervisionados. Coltri Bittelbrunn et al. (2024), por sua vez, observaram melhora progressiva da qualidade de vida após intervenções envolvendo fisioterapia do assoalho pélvico e mindfulness, realizadas isoladamente e em combinação.

Rodríguez-Torres et al. (2020) investigaram aspectos relacionados à percepção de saúde e à funcionalidade, identificando resultados favoráveis após a realização de um programa individualizado de reabilitação. Nygaard et al. (2020) não identificaram diferenças significativas entre os grupos nos indicadores de qualidade de vida relacionados à saúde após 12 meses de acompanhamento, apesar da redução da intensidade da dor observada no grupo de intervenção.

Os achados demonstram a importância de considerar não apenas a intensidade da dor, mas também suas repercussões nas atividades cotidianas, na funcionalidade e no bem-estar das mulheres. Entretanto, a diversidade dos instrumentos e dos domínios utilizados para avaliar a qualidade de vida, associada às diferenças entre as intervenções, dificulta a comparação direta dos resultados. Assim, embora os estudos apresentem achados favoráveis em diferentes aspectos desse desfecho, são necessárias evidências adicionais para determinar a magnitude dos benefícios proporcionados pelas intervenções fisioterapêuticas.

Diferenças entre as intervenções e limitações das evidências

Os estudos incluídos nesta revisão apresentaram heterogeneidade quanto às abordagens fisioterapêuticas utilizadas, à duração dos protocolos, às características das participantes e aos instrumentos empregados na avaliação dos desfechos. Foram investigadas intervenções isoladas e combinadas, com diferentes recursos terapêuticos e formas de aplicação. Essa diversidade evidencia a variedade de estratégias utilizadas no manejo da dor pélvica crônica, mas também dificulta a comparação direta entre os resultados dos estudos.

Além das diferenças entre as intervenções, algumas limitações metodológicas devem ser consideradas. O número reduzido de participantes em determinadas pesquisas, as variações no tempo de acompanhamento e a utilização de diferentes instrumentos de avaliação podem influenciar a interpretação dos resultados. Outro aspecto relevante é que nem todos os estudos avaliaram simultaneamente a intensidade da dor e a qualidade de vida, o que limita a comparação conjunta dos principais desfechos desta revisão.

Também deve ser considerado o risco de viés identificado na avaliação metodológica dos ensaios clínicos incluídos. A presença de limitações relacionadas à condução e à avaliação dos estudos pode comprometer a confiança nos resultados apresentados, reforçando a necessidade de cautela na interpretação dos achados.

Diante dessas considerações, embora os estudos apresentem resultados promissores sobre a utilização de intervenções fisioterapêuticas no manejo da dor pélvica crônica, as diferenças metodológicas e as limitações identificadas impedem conclusões definitivas sobre a magnitude dos benefícios e a superioridade de uma abordagem específica. Dessa forma, são necessários novos ensaios clínicos randomizados, com amostras mais amplas, protocolos de intervenção bem descritos, instrumentos de avaliação padronizados e períodos de acompanhamento mais consistentes, a fim de fortalecer as evidências científicas nessa área.

Síntese dos principais achados

De modo geral, os estudos incluídos nesta revisão apresentaram resultados promissores quanto à utilização de diferentes abordagens fisioterapêuticas no manejo da dor pélvica crônica em mulheres. Os achados apontaram benefícios principalmente em relação à intensidade da dor, embora os efeitos tenham variado conforme as intervenções empregadas e as características das participantes. Dessa forma, os resultados sugerem que a fisioterapia pode representar uma estratégia terapêutica relevante para essa condição.

Além dos efeitos sobre a dor, parte dos estudos identificou resultados favoráveis em aspectos relacionados à qualidade de vida, à percepção de saúde e à funcionalidade. Esses desfechos merecem atenção, uma vez que a dor pélvica crônica pode repercutir em diferentes dimensões da vida das mulheres, incluindo as atividades cotidianas, a função sexual e o bem-estar físico e emocional. Assim, a abordagem fisioterapêutica deve considerar as repercussões funcionais e individuais da condição, para além da experiência dolorosa.

Entretanto, a interpretação dos resultados deve considerar a heterogeneidade das intervenções e as limitações metodológicas dos estudos incluídos. As diferenças entre os protocolos, os instrumentos de avaliação, o tamanho das amostras e os períodos de acompanhamento dificultam a comparação direta dos achados e limitam a determinação da magnitude dos efeitos. Além disso, as preocupações e classificações de alto risco de viés identificadas na avaliação metodológica dos ensaios clínicos devem ser consideradas ao interpretar a confiança nos resultados.

Diante dessas evidências, não é possível estabelecer a superioridade de uma modalidade fisioterapêutica específica para o tratamento da dor pélvica crônica. Embora os resultados indiquem benefícios potenciais das intervenções investigadas, são necessários novos ensaios clínicos randomizados, com maior rigor metodológico, amostras mais amplas, protocolos de intervenção bem descritos, instrumentos de avaliação padronizados e acompanhamento em médio e longo prazo. Essas medidas poderão contribuir para fortalecer as evidências sobre os efeitos da fisioterapia pélvica na intensidade da dor e na qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica.

4 Conclusão

A presente revisão sistemática teve como objetivo analisar os efeitos da fisioterapia pélvica sobre a intensidade da dor e a qualidade de vida de mulheres com dor pélvica crônica. De modo geral, os estudos incluídos apresentaram resultados promissores em relação às intervenções fisioterapêuticas investigadas, principalmente quanto à redução da intensidade da dor. Entretanto, a interpretação desses achados deve considerar as características das intervenções e as diferenças metodológicas entre os estudos.

Em relação à qualidade de vida, os resultados foram menos consistentes, e a heterogeneidade das intervenções, das características das participantes e dos métodos de avaliação limitou a comparação direta entre os estudos. Além disso, as limitações metodológicas identificadas reforçam a necessidade de cautela na interpretação das evidências. Dessa forma, não é possível

afirmar que todas as modalidades de fisioterapia pélvica apresentam benefícios semelhantes ou que uma abordagem específica seja superior às demais.

Conclui-se que a fisioterapia pélvica apresenta potencial como abordagem terapêutica no manejo da dor pélvica crônica em mulheres. Contudo, são necessários novos ensaios clínicos randomizados, com amostras maiores, protocolos de intervenção bem definidos, métodos de avaliação padronizados e períodos de acompanhamento mais longos, a fim de esclarecer a magnitude e a duração dos possíveis benefícios sobre a intensidade da dor e a qualidade de vida.

Referências:

ABDULAZIZ, K. S. et al. Effect of neurogenic acupoint cupping on high sensitive C-reactive protein and pain perception in female chronic pelvic pain: a randomized controlled trial. *Journal of Musculoskeletal and Neuronal Interactions*, v. 21, n. 1, p. 121–129, 2021. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33657762/. Acesso em: 30 out. 2026.

ARIZA-MATEOS, M. J. et al. Effects of a patient-centered program including the cumulative-complexity model in women with chronic pelvic pain: a randomized controlled trial. *Maturitas*, v. 137, p. 18–23, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2020.04.005. Acesso em: 30 out. 2026.

ARTACHO-CORDÓN, F. et al. Effect of a multimodal supervised therapeutic exercise program on quality of life, pain, and lumbopelvic impairments in women with endometriosis unresponsive to conventional therapy: a randomized controlled trial. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, v. 104, n. 11, p. 1785–1795, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.apmr.2023.06.020. Acesso em: 30 out. 2026.

BITTELBRUNN, C. C. et al. Effect of the interaction between physical and mental health treatments in women with chronic pelvic pain: a randomized controlled trial. *Pelviperineology*, v. 43, n. 3, p. 104–115, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.34057/PPj.2024.43.03.2023-10-1. Acesso em: 30 out. 2026.

CARRALERO-MARTÍNEZ, A. et al. Efficacy of capacitive resistive monopolar radiofrequency in the physiotherapeutic treatment of chronic pelvic pain syndrome: a randomized controlled trial. *Neurourology and Urodynamics*, v. 41, n. 4, p. 962–972, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1002/nau.24903. Acesso em: 30 out. 2026.

DEL FORNO, S. et al. Effects of pelvic floor muscle physiotherapy on urinary, bowel, and sexual functions in women with deep infiltrating endometriosis: a randomized controlled trial. *Medicina*, v. 60, n. 1, art. 67, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.3390/medicina60010067. Acesso em: 30 out. 2026.

GONÇALVES, A. V.; BARROS, N. F.; BAHAMONDES, L. The practice of Hatha yoga for the treatment of pain associated with endometriosis. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine*, v. 23, n. 1, p. 45–52, 2017. Disponível em: https://doi.org/10.1089/acm.2015.0343. Acesso em: 30 out. 2026.

İSTEK, A. et al. Randomized trial of long-term effects of percutaneous tibial nerve stimulation on chronic pelvic pain. *Archives of Gynecology and Obstetrics*, v. 290, n. 2, p. 291–298, 2014. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s00404-014-3190-z. Acesso em: 30 out. 2026.

KADAH, S. et al. Are pelvic pain and increased pelvic floor muscle tone associated in women with persistent noncancer pelvic pain? A systematic review and meta-analysis. *The Journal of Sexual Medicine*, v. 20, n. 9, p. 1206–1221, 2023. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37507352/. Acesso em: 30 out. 2026.

LAMVU, G. et al. Chronic pelvic pain in women: a review. *JAMA*, v. 325, n. 23, p. 2381–2391, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1001/jama.2021.2631. Acesso em: 30 out. 2026.

LUTFI, M. et al. A single session of a digital health tool-delivered exercise intervention may provide immediate relief from pelvic pain in women with endometriosis: a pilot randomized controlled study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 3, art. 1665, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.3390/ijerph20031665. Acesso em: 30 out. 2026.

MIRA, T. A. A. et al. Hormonal treatment isolated versus hormonal treatment associated with electrotherapy for pelvic pain control in deep endometriosis: randomized clinical trial. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*, v. 255, p. 134–141, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.ejogrb.2020.10.018. Acesso em: 30 out. 2026.

MORSY, H. et al. A pilot randomized controlled trial of vaginal cryotherapy for the treatment of pelvic floor myofascial pain. *International Urogynecology Journal*, v. 35, n. 1, p. 215–225, 2024. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s00192-023-05692-1. Acesso em: 30 out. 2026.

MUÑOZ-GÓMEZ, E. et al. Effectiveness of a manual therapy protocol in women with pelvic pain due to endometriosis: a randomized clinical trial. *Journal of Clinical Medicine*, v. 12, n. 9, art. 3310, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.3390/jcm12093310. Acesso em: 30 out. 2026.

NYGAARD, A. S. et al. Group-based multimodal physical therapy in women with chronic pelvic pain: a randomized controlled trial. *Acta Obstetricia et Gynecologica Scandinavica*, v. 99, n. 10, p. 1320–1329, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1111/aogs.13896. Acesso em: 30 out. 2026.

RODRÍGUEZ-TORRES, J. et al. Effects of an individualized comprehensive rehabilitation program on impaired postural control in women with chronic pelvic pain: a randomized controlled trial. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, v. 101, n. 8, p. 1304–1312, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.apmr.2020.02.019. Acesso em: 30 out. 2026.

SIQUEIRA-CAMPOS, V. M. et al. Current challenges in the management of chronic pelvic pain in women: from bench to bedside. *International Journal of Women's Health*, v. 14, p. 225–244, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.2147/IJWH.S224891. Acesso em: 30 out. 2026.

TILL, S. R. et al. Approach to diagnosis and management of chronic pelvic pain in women: incorporating chronic overlapping pain conditions in assessment and management. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*, v. 49, n. 2, p. 219–239, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1016/j.ogc.2022.02.006. Acesso em: 30 out. 2026.

VINCENT, K.; EVANS, E. An update on the management of chronic pelvic pain in women. *Anaesthesia*, v. 76, supl. 4, p. 96–107, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1111/anae.15421. Acesso em: 30 out. 2026.

XU, J. et al. Effectiveness of self-myofascial release combined with biofeedback and electrical stimulation for the management of myofascial pelvic pain: a randomized controlled trial. *European Journal of Pain*, v. 26, n. 2, p. 405–416, 2022. Disponível em: https://doi.org/10.1002/ejp.1867. Acesso em: 30 out. 2026.

ZOOROB, D. et al. A pilot randomized trial of levator injections versus physical therapy for treatment of pelvic floor myalgia and sexual pain. *International Urogynecology Journal*, v. 26, n. 6, p. 845–852, 2015. Disponível em: https://doi.org/10.1007/s00192-014-2606-4. Acesso em: 30 out. 2026