

# Cerca de um terço dos homens portugueses nunca ouviu falar de endometriose

written by O Cidadão | 18 de Outubro, 2025



A **endometriose** é uma condição em que **células semelhantes às do endométrio** – o tecido que reveste o útero – crescem fora da cavidade uterina. Estes focos de tecido podem surgir nos **ovários, trompas de Falópio ou no revestimento pélvico**, e, em casos raros, noutras partes do corpo. Os principais sintomas incluem **dor pélvica intensa, infertilidade e desconforto durante as relações sexuais**, sendo que cerca de **metade das mulheres com endometriose** apresenta dor crónica e **70% sentem dor durante a menstruação**. Para além do sofrimento físico, a doença acarreta **impactos psicológicos e sociais significativos**.

Esses efeitos são agora reforçados pelos resultados de um

**inquérito nacional conduzido pela Spirituc, no âmbito da campanha “A Minha Dor Não Me Define”, uma iniciativa da Gedeon Richter em parceria com a Sociedade Portuguesa de Ginecologia e a associação MulherEndo.**

**O estudo revela que mais de 30% dos homens portugueses nunca ouviram falar da endometriose, contrastando com apenas 8% das mulheres sem diagnóstico que dizem desconhecer a doença.**

**As diferenças de literacia em saúde entre géneros são evidentes: 61,8% das mulheres sem endometriose sabem exatamente o que é a doença, mas apenas 29,5% dos homens afirmam o mesmo. Na perceção da gravidade, 63% das mulheres sem diagnóstico classificam a endometriose como “muito” ou “extremamente grave”, valor que desce para 46,9% entre os homens.**

## **Dor constante e impacto generalizado**

**A dor é uma presença constante na vida das mulheres com endometriose. Quase metade (48,9%) das inquiridas refere episódios dolorosos semanais, e mais de três em cada quatro sentem dor mensalmente. Para muitas, a dor tem forte impacto na rotina – 46% dizem que a afeta “muito” e 49,1% “algum” impacto.**

**A doença reflete-se também no absentismo laboral: em média, uma mulher com endometriose faltou cerca de 15 dias ao trabalho em 2024 devido a crises de dor. As esferas mais afetadas são a vida sexual (30,8%), a saúde mental e autoestima (25,6%), e a vida profissional (20,9%), seguidas das relações sociais (12,8%) e familiares (9,8%).**

**Mais de 70% das doentes relatam episódios frequentes de ansiedade, tristeza ou frustração, confirmando o impacto da doença na saúde mental e no bem-estar emocional.**

# Falta de informação e necessidade de sensibilização

Apenas **30%** das mulheres diagnosticadas afirmam estar bem informadas sobre os **tratamentos disponíveis** para a endometriose, e **cerca de 20%** consideram-se pouco ou nada informadas.

Entre as mulheres sem diagnóstico, apenas **duas em cada dez** dizem ter recebido informação médica sobre o tema – embora **quase metade (49,5%)** tema poder vir a desenvolver a doença no futuro.

O **consenso quanto à necessidade de mais visibilidade** é quase total: **95% dos inquiridos** defendem que a endometriose deve ter **maior destaque nos meios de comunicação**, e **90,9%** consideram fundamentais as **campanhas de sensibilização** para aumentar o conhecimento e reduzir o estigma associado à doença.

OC/RPC