

RELAÇÃO ENTRE O DIAGNÓSTICO DE SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO, ESTADO NUTRICIONAL E CONSUMO ALIMENTAR

NÁTALI FONSECA MORAES¹; PAMELA SILVA VITÓRIA SALERNO²;
ALESSANDRA DOUMID BORGES PRETTO³

¹Universidade Federal de Pelotas – natalifonmora@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – pamelasvitoria@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – alidoumid@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

A Síndrome do Ovário Policístico (SOP) é um distúrbio hormonal que interfere no metabolismo normal da ovulação, acarretando na formação de cistos no ovário. Essa endocrinopatia acomete mulheres em diferentes graus de manifestação, devido ao desequilíbrio nos níveis de hormônios (Santos *et al.*, 2019). Consoante a isso, a SOP é considerada um dos problemas endócrinos mais frequentes, acometendo de 6 a 19% das mulheres em idade reprodutiva (BRASIL, 2020).

Com relação ao estado nutricional das portadoras de SOP, é imprescindível destacar que cerca de 40 a 80% das portadoras da doença são classificadas com sobrepeso ou obesidade, o que gera um agravo ainda maior para o desenvolvimento de patologias como disfunções reprodutivas, metabólicas e até mesmo psicológicas (Alesi *et al.*, 2022).

Entendendo que a SOP interfere de maneira direta no metabolismo, inúmeros pacientes frequentemente apresentam sintomas característicos, como resistência insulina, síndrome metabólica, irregularidades no perfil lipídico, doenças cardiovasculares e predisposição para diabetes tipo 2. Além de apresentar irregularidades como acne, amenorreia e alopecia (Faria, Silva, Passos, 2021). E levando em consideração que a SOP gera inúmeras alterações, existe uma grande preocupação para o tratamento dessa patologia, que envolve a utilização de anticoncepcional oral ou outros fármacos, na tentativa de minimizar os sintomas. Destacase a relevância da mudança do estilo de vida, mais especificamente dieta e atividade física de acordo com as necessidades de cada organismo (Morawski, 2023).

A correlação entre as condições do SOP e diferentes fatores nutricionais é de fato muito complexa, mas o papel da dieta é fundamental para a regulação do metabolismo. Tais medidas não farmacológicas geram resultados positivos (Machado, Wichoski, 2022). Diante disto, o objetivo desse estudo é verificar a relação entre o diagnóstico de SOP, estado nutricional e consumo alimentar.

Verificando a importância da alimentação e de uma vida saudável no princípio e desenvolvimento da SOP, como também na diminuição dos sintomas clínicos e como auxiliar para tratamentos alternativos e melhora da qualidade de vida das portadoras da doença.

2. METODOLOGIA

Para o presente estudo foi elaborado uma revisão bibliográfica, sendo realizada no período de junho a agosto de 2023, através das bases de dados

Google Acadêmico, Scielo e Pubmed. Na busca dos artigos foram utilizados os seguintes descritores: Síndrome do Ovário Policístico; Consumo Alimentar; Estados Nutricional. Foram selecionados artigos que atendessem aos seguintes limites: cinco anos de publicação, entre 2019 a 2023, com mulheres, adolescentes e adultas, nas línguas: português, espanhol e inglês. Foram excluídos da revisão bibliográfica artigos que não estavam relacionados com o tema e não atendessem aos critérios de inclusão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A disposição dos passos da pesquisa até a seleção dos artigos encontrasse na Tabela 1.

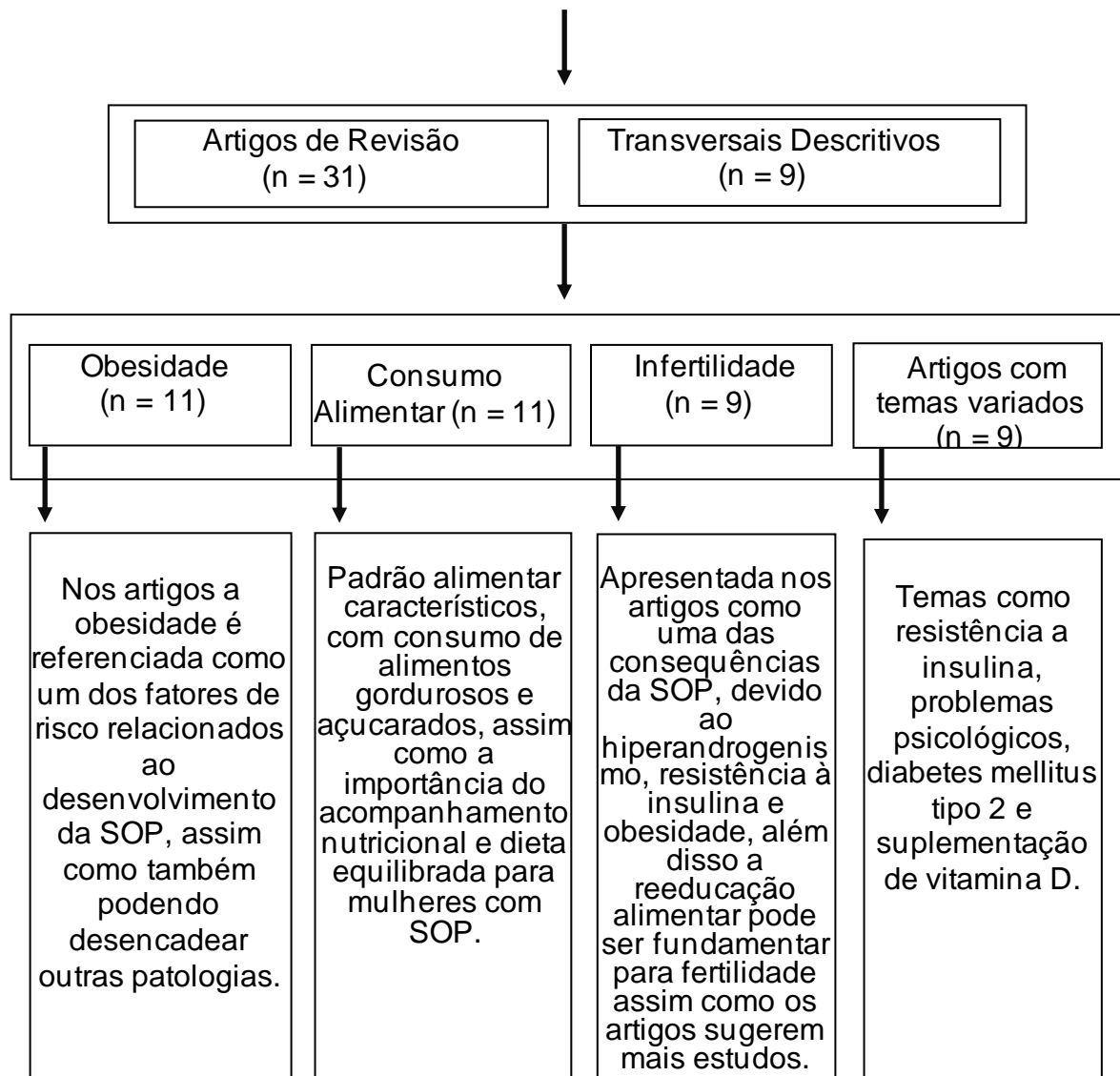
Tabela 1. Seleção dos artigos escolhidos para Revisão Bibliográfica

Descritores	Títulos encontrados	Títulos selecionados	Resumos selecionados	Artigos selecionados
Síndrome do ovário policístico X Consumo alimentar	1083	73	33	20
Síndrome do ovário policístico X Estado Nutricional	1346	48	21	9
Síndrome do ovário policístico X Estado Nutricional X Consumo Alimentar	1018	28	17	11
Total	3.447	149	71	40

Entre os 40 artigos selecionados foi possível observar que dentre os temas referente a relação de SOP, estado nutricional e consumo alimentar, ouve uma frequência maior de citações quanto a patologias relacionadas a SOP como obesidade e infertilidade, assim como também a importância da melhora do consumo alimentar e indicação de mais estudos referentes a suplementação vitamínicas.

Figura 1 - Fluxograma das etapas do processo de revisão dos artigos

Artigos selecionados com base
nos cruzamentos dos descritores
(n = 40)



Com isso é importante destacar que a obesidade vem crescendo cada vez mais o que gera ainda mais impacto fisiológico para cada indivíduo assim como para o sistema de saúde. E com isso é inevitável falar e priorizar estratégias de prevenção e cuidado com a obesidade (BRASIL, 2022). Como também é necessário que haja tratamento precoce da SOP, visto que ela pode dificultar a gravidez ou até mesmo impedi-la, além de ter como fator de risco a obesidade e outras possíveis patologias (BRASIL, 2023).

4. CONCLUSÕES

Diante do exposto, verificou-se que o estado nutricional e consumo alimentar possuem relação com a SOP, desde a prevenção de seu surgimento até o desenvolvimento de complicações provenientes da doença. Além disto, é fundamental que se faça estudos sobre o tema, buscando evidências científicas para disponibilizar informações e ressaltar a importância do reconhecimento de sintomas, mas principalmente, conscientizar sobre o acompanhamento nutricional visto que uma alimentação equilibrada é parte fundamental do tratamento.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

SANTOS, T.S; BATISTA, A.S; BRANDÃO, I.M; DE CARVALHO, F.L; MARTINS, F. L; COSTA, D; BARASSA, C.A.R; JUNIOR, L.R.G. Aspectos nutricionais e manejo alimentar em mulheres com síndrome dos ovários policísticos. **Revista Saúde em Foco**. v.11, n.1, p. **649-670**.

PROTOCOLO CLÍNICO E DIRETRIZES TERAPÊUTICAS DA SÍNDROME DE OVÁRIOS POLICÍSTICOS. [s. d.]. **Gov.br**. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/publicacoes_ms/pcdt_sndrome-ovrios-policsticos_isbn.pdf. BRASIL, 2020.

ALES, S; EE, C; MORAN, L; RAO, V; MOUSA, A. Nutritional Supplements and Complementary Therapies in Polycystic Ovary Syndrome. **Advances in Nutrition**, v. 13, n.4, p. 8 1243 -1266, 2021.

FARIA, L; SILVA, W.S; PASSOS, S.G. Alimentação e Prática de Atividade Física, no Tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos: **Revisão Integrativa**. REvisa, p. 461–468, 2021

MORAWSKI, B.M; WERNER, M; BORGA, R.G; BALESTRIN, M.G; BRUM, A.P. Estratégias nutricionais no tratamento de mulheres com síndrome dos ovários policísticos. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 9, n. 2, p. 430–441, 2023.

MACHADO, M.A; WICHOSKI, C. **Relação entre o estilo de vida e os sintomas de mulheres com síndrome dos ovários policísticos**. **Revista Terra & Cultura: Cadernos de Ensino e Pesquisa**, v. 38, n. especial, p. 183–198, 2022.

BRASIL. **O impacto da obesidade**. Acessado em 05 de agosto. 2023. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-brasil/eu-quero-ter-peso-saudavel/noticias/2022/o-impacto-da-obesidade>>.

BRASIL. **Síndrome do Ovário Policístico**. Acessado em 05 de agosto. 2023. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/dgh/noticias/2023/sindrome-do-ovario-policistico>>.