

SÍNDROME DOS OVARIOS POLICÍSTICOS (SOP): intervenções não farmacológicas no tratamento

POLYCYSTIC OVARIAN SYNDROME (PCOS): non-pharmacological interventions in treatment

Jule Vanessa dos Santos Silva**

Luiz Antonio Vieira Neto**

Raquel Borges Serra***

INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR FRANCISCANO

RESUMO

Os tratamentos não medicamentosos são muito cogitados para diversas doenças atualmente, pois os hábitos influenciam muito no organismo e sua biologia, já que maus hábitos podem levar ao desenvolvimento de doenças não contagiosas, de cunho metabólico, a Síndrome dos Ovários Policísticos é uma dessas condições, na qual, a bioquímica do organismo fica alterada gerando diversos problemas, e a combinação genética com hábitos nocivos pode desencadear essa condição. O objetivo deste artigo foi abordar sobre os tratamentos não medicamentosos na Síndrome dos Ovários Policísticos. A metodologia utilizada na pesquisa foi a revisão de literatura. A pesquisa mostra que existem vários benefícios relacionados à práticas de tratamentos não medicamentosos que podem acarretar em uma melhora no quadro de mulheres acometidas por SOP. E conclui-se que os tratamentos devem ser combinados, para que ocorra a melhora na qualidade de vida das mulheres que possuem a SOP.

Palavras-Chaves: Síndrome dos Ovários Policísticos. Tratamentos. Não medicamentoso.

ABSTRACT

Non-pharmacological treatments are widely considered for several diseases today, as habits greatly influence the organism and its biology, since bad habits can lead to the development of non-contagious, metabolic diseases, Polycystic Ovary Syndrome is one of these conditions, in which, the organism's biochemistry is altered, generating several problems, and the genetic combination with harmful habits can trigger this condition. The aim of this article was to address non-drug treatments in Polycystic Ovary Syndrome. The methodology used in the research was the literature review. Research shows that there are several benefits related to the practice of non-pharmacological treatments that can lead to an improvement in the situation of women affected by PCOS. And it is concluded that the treatments must be combined, so that there is an improvement in the quality of life of women who have PCOS.

Key-words: Polycystic Ovary Syndrome. Treatments. Not medicated.

1 INTRODUÇÃO

A Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) é um distúrbio que ocorre no sistema endócrino, ou seja, está ligado a problemas hormonais que acometem as mulheres em idade reprodutiva. Dados obtidos em pesquisas recentes mostram que uma a cada cinco mulheres sofre com SOP, um quantitativo bastante elevado (SOUZA; DYTZ, 2020).

A SOP gera alguns problemas relacionados a desregulação do ciclo menstrual, que é um processo natural controlado por alguns hormônios, e quando ocorre desregulação hormonal, o ciclo menstrual também se altera, podendo causar até a infertilidade, já que a probabilidade diminui bastante quando ocorre essas alterações endócrinas (SOUZA; DYTZ, 2020).

De acordo com alguns achados de Faria, Silva e Passos (2021), 50% das pacientes que foram apresentadas nos resultados das pesquisas realizadas apresentavam uma condição de obesidade, o que leva a hipóteses de que a alimentação e uma série de fatores está associada ao desenvolvimento de SOP.

O problema é que não é somente algo relacionado à mudanças do funcionamento das glândulas responsáveis pelo ciclo hormonal, mas vários fatores extrínsecos são associados às complicações causadas pela SOP. E suas complicações se estendem, pois a probabilidade desenvolvimento de problemas cardíacos também é observado em mulheres que apresentam SOP (FARIAS; SILVA; PASSOS, 2021).

A intervenção no processo de SOP não deve ser só voltado ao tratamento medicamentosa, com intuito de aliviar os sintomas causados, mas deve uma intervenção multidisciplinar, de acordo com Farias, Silva e Passos (2021):

As pacientes diagnosticadas com a síndrome, têm consideravelmente inadequações nutricionais, necessitando também de uma intervenção multidisciplinar ao tratamento não farmacológico, como nutricionista e psicólogo. As pesquisas direcionam que a dieta da paciente com SOP, deve ser rica em proteína e baixo açúcar, para que o peso corporal seja reduzido (FARIAS; SILVA; PASSOS, 2021).

As pesquisas nesse ramo tem uma grande relevância para o campo científico, já que os estudos multidisciplinares estão ganhando cada vez mais espaço dentro do meio clínico, já que a visão fragmentada do ser humano no

contexto da saúde está sendo abandonada cada vez mais, e a visão integral de tratar os problemas têm ganhado força (FARIAS; SILVA; PASSOS, 2021). O medicamento é um fator essencial na melhora dos sintomas de alguns problemas que acometem o ser humano e eles são necessários, porém, em muitos casos, eles tratam na verdade, os sintomas e não a causa em si e por isso as abordagens multidisciplinares estão ganhando mais espaço, pois o fator “estilo de vida” influencia muito na saúde dos indivíduos e os hábitos saudáveis tem grande impacto na vida das pessoas, e a mudança de hábitos, gera uma saúde mais intacta e longa, o que é estimulado em métodos de tratamentos não medicamentosos, e todo profissional da saúde tem esse dever, para promover a saúde e o bem-estar das pessoas. Nesse sentido, a pesquisa se justifica em estimular mais a pesquisa nesse ramo.

A SOP é um dos problemas que mais afetam a saúde das mulheres e que está relacionado a diversos fatores intrínsecos e extrínsecos e que possui diversos prognósticos dentro do meio clínico de caráter medicamentosa e não medicamentoso, dentro desse contexto, a pergunta que norteia a pesquisa é: Como funciona o tratamento não medicamentoso da Síndrome dos Ovários Policísticos?

O objetivo central da pesquisa é abordar o método dos tratamentos não medicamentosos disponíveis no diagnóstico da Síndrome dos Ovários Policísticos.

A SOP, embora seja uma síndrome muito conhecida no meio clínico, ainda não possui uma etiologia muito bem estabelecida, já que é um problema multifatorial que acomete muitas mulheres em idade reprodutiva. Dados de pesquisas epidemiológicas mostram que há um número bastante expressivo de mulheres que possuem SOP, de 6% a 10%, equivalente a 105 milhões de mulheres que possuem de 15 a 49 anos de idade e o aumento da população humano vem demonstrando um grande crescimento nesse número (EMILHANO et al., 2021).

Há bastante estudos que relacionam a obesidade com o agravamento da SOP, observa-se que em mulheres obesas, as probabilidades são muito maiores do problema se instalar, e o aumento da obesidade no Brasil é um fator de risco para o surgimento de várias doenças relacionadas ao metabolismo e

estilo de vida, e um dos problemas é a Síndrome de Ovários Policísticos (PERES et al., 2021).

O sedentarismo é algo muito presente atualmente na sociedade, pois o estilo de vida das pessoas mudou, graças às mudanças sociais, na forma na qual as pessoas se comportam, e o sedentarismo é algo muito comum e ele é nocivo em excesso, pois o organismo precisa se movimentar, o corpo precisa se exercitar, pois há vários benefícios na prática de exercícios, uma dela é a queima de gorduras, que reduz a tendência ao desenvolvimento de sobrepeso e obesidade, duas condições que podem ser nocivas à saúde e esse quadro tende a piorar nos próximos anos, com uma quantidade maior de pessoas obesas (PERES et al., 2021).

De acordo com Abreu (2017):

O SOPC é uma endocrinopatia comum em muitos grupos étnicos e raciais. Dois genes (identificados pela primeira vez em uma associação genômica de mulheres chinesas) foram replicados em mulheres de ascendência europeia. Essa semelhança sugere um antigo traço evolutivo. Um exame da variabilidade racial dessas variantes genéticas entre os bancos de dados genômicos publicamente disponíveis fornece evidências de que as variações étnicas da SOPC são fortemente determinadas pelos antecedentes genéticos em seres humanos (ABREU, 2017, p. 37).

Os achados que identificam um traço genético em algumas etnias é importante para saber a origem e o impacto que os fatores genéticos têm na população, pois já se constatou que SOP tem origem poligênica, ou seja, vários genes que trabalham juntos para manifestar uma característica no organismo (ABREU, 2017).

O diagnóstico da Síndrome dos Ovários Policísticos se baseia em achados clínicos, com observações dos sinais e sintomas que se manifestam na mulher, e são realizados apenas em mulheres que já possuem o ciclo reprodutivo ativo. É realizado com critério de exclusão, pois há diversas outras etiologias que se assemelham em sinais e sintomas da SOP, por isso é necessário que seja feito uma análise de exclusão (SANTOS; ALVARES, 2018).

As pacientes que apresentam um quadro de SOP geralmente apresentam uma mudança no ciclo menstrual, que acarreta em mudanças

bruscas nos períodos menstruais, com intervalos de uma menstruação pra outra que às vezes pode chegar a 35 dias e com apresentação de amenorreia secundária por vários anos, associado ao hirsutismo (SANTOS; ALVARES, 2018).

De acordo com os estudos de Gomes (2021), para diagnosticar a Síndrome dos Ovários Policísticos, faz-se uso do critério de Rotterdam, que preconiza:

Pelo menos dois dos seguintes critérios: oligo-amenorreia, hiperandrogenismo clínico e/ou laboratorial e morfologia ovariana, excluindo outras causas. Este critério inclui pacientes fenotipicamente normais, motivando o surgimento de outros critérios menos flexíveis (GOMES, 2021, p. 2).

Já a ultrassonografia é um método complementar, mas não menos importante para o diagnóstico da SOP, utilizado de forma mais frequente em diagnóstico em adolescentes, quando apresentam quadros clínicos de hiperandrogenismo e oligomenorreia. Mas mesmo com os achados indicando presença de ovários policísticos nos resultados obtidos no ultrassom, não é critério de diagnóstico de SOP, e os resultados devem ser analisados para se chegar a um diagnóstico conclusivo (GOMES, 2021).

A SOP, embora seja uma condição que ainda gera uma certa dúvida na comunidade científica, em relação ao seu mecanismo de desenvolvimento, é classificada como um distúrbio multifatorial que inclui diversas fatores de risco como predisposição genética, fatores ambientais e condições ambientais do próprio útero (FERREIRA et al., 2020).

As manifestações relacionadas ao genoma, que é responsável por tornar as paciente que apresentam efeitos clínicos resistentes à insulina na puberdade e com produção elevada de androgênio são considerados fatores de risco, e isso é relacionado à etnia, porém não são dados conclusivos, porém alguns estudos mostram que a relação de traços genéticos de alguns povos têm relação com a maior probabilidade de desenvolvimento da doença, mas muitos estudo apontam para fatores como aumento de gordura corporal, ser um fator de risco para desencadear o desenvolvimento de SOP (FERREIRA et al., 2020).

Os traços genéticos não são dados conclusivos, até porque é muito complexo basear a causa de uma doença que é considerada multifatorial a uma

só causa, pois depende de vários outros fatores de exposição e isso torna os estudos ideais a serem feitos, já que não existe uma conclusão para a SOP (FERREIRA et al., 2020).

Ainda nos achados de Ferreira *et al* (2020) há uma relação relativamente forte com a utilização de glicocorticóides e desenvolvimento de problemas hormonais na vida adulta, ou seja, há uma interação dos fármacos com o feto e isso pode alterar genes e prejudicar expressões de características reprodutivos, como síntese de alguns hormônios importantes para a maturação folicular.

Já no contexto de correlação de obesidade e SOP, de acordo com Krüger (2021) há uma certa dúvida sobre a relação do estado de obesidade com o desenvolvimento ou agravamento, nada conclusivo, mas alguns estudos sugerem que alguns distúrbios de acúmulo de gordura intra-abdominal podem acarretar em agravamento de problemas dos ciclos menstruais e hiperandrogenemia, e isso pode ser somático aos efeitos genéticos e ambientais para a fisiopatologia da SOP.

O mecanismo fisiopatológico, de acordo com Krüger (2021) é muito complexo, e tem diversas fatores hormonais envolvidos, ele se caracteriza por:

- A) defeito único, na ação e secreção da insulina, ocasionando hiperinsulinemia e RI;
- b) defeito primário neuroendócrino, ocasionando aumento da freqüência de pulso e amplitude do LH;
- c) defeito na síntese de andrógenos, resultando em aumento da produção dos andrógenos ovarianos;
- e) alteração no metabolismo do cortisol, resultando em aumento da produção dos andrógenos adrenais (KRÜGER, 2021, p. 8).

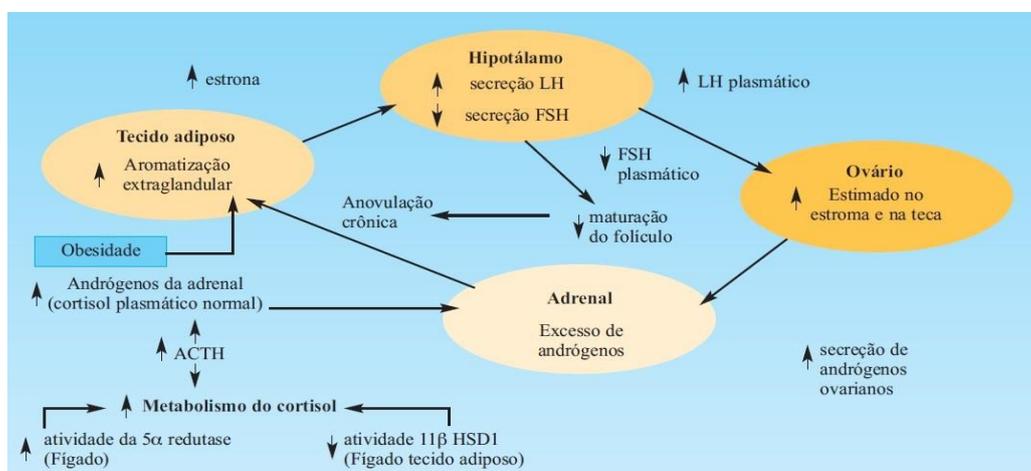


Figura 1: Fisiopatologia da Síndrome dos Ovários Policísticos

Fonte: Academia de Medicina

2 METODOLOGIA

A metodologia da pesquisa se baseou em uma revisão integrativa de bibliográfica, de cunho qualitativo, onde artigos foram coletados em bases de dados eletrônicos como Google Acadêmico, SciELO e Pubmed, e foram revisados, e suas informações foram retiradas para compor o referencial teórico presente no artigo. O objetivo norteador da pesquisa foi: Abordar o método dos tratamentos não medicamentosos disponíveis no diagnóstico da Síndrome dos Ovários Policísticos.

A escolha do tema proposto na pesquisa foi para mostrar a importância do estudo nesse ramo, pois as metodologias de promoção de saúde que não se baseiam em tratamentos medicamentosos são de extrema importância, já que medicamentos, embora sejam grandes aliados no combate à diversas patologias, eles na maioria das vezes, combatem os sintomas e não a causa em si, e a mudança de hábitos e promoção da saúde primária, realizada pelos profissionais da saúde em seu papel de orientação são grandes aliados no combate a doenças e até mesmo suas prevenções.

O artigos que foram selecionados para análise foram os de publicação desde de 2017, que possuem credibilidade relacionada ao tema proposto, para escolha dos artigos, foi necessário a leitura dos objetivos propostos em cada artigo, assim como a leitura de resumos, para escolher artigos que condizem com o objetivo apresentado no artigo a ser produzido.

O critério de inclusão utilizado para produção deste artigo foi da escolha de artigos publicados de 2017 a 2021, com idiomas disponíveis em inglês e português e que possuíam conteúdos que condizem com o objetivo proposto. Já o critério de exclusão utilizado foi artigos publicados antes de 2017 e que não atendem o critério de idiomas em inglês e português, não contendo conteúdos que condizem com o objetivo proposto pelos autores do artigo. Com base nesses

critérios o total de artigos utilizados para basear a apresentação de dados obtidos foi de 14 artigos.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor compreensão do texto e da construção dos resultados, a tabela abaixo foi desenvolvida para dar uma norte da compreensão do tema e do objetivo que a pesquisa está trazendo.



Nº	Autor/ Ano	Título	Contribuição
1	Abreu/ 2017	Exposição a desreguladores endócrinos e síndrome dos ovários policísticos: uma revisão sistemática.	Entendimento sobre processos de desregulação endócrina, que gera problemas hormonais.
2	Campos; Leão; Souza/ 2021	O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos.	Entendimentos dos processos de mudança de hábito e seu impacto na saúde da mulher com SOP.
		Impacto na qualidade de	Ajudou na compreensão dos

3	Catrinque/ 2019	vida de mulheres portadoras de Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP)	impactos da SOP na vida das mulheres.
4	Emilhan <i>et al.</i> , 2021	Síndrome dos ovários policísticos (SOP): uma revisão narrativa.	Entender em primeira instância como é acompanhar pacientes que sofrem de SOP.
5	Farias; Silva; Passos/ 2021	Alimentação e Prática de Atividade Física, no Tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos: revisão integrativa	Compreensão mais clara de hábitos como alimentação e atividades físicas na vida de quem sofre de SOP.
6	Ferreira <i>et al.</i> 2020	Impactos biológicos e sociais na vida das mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos.	Compreensão dos impactos bioquímicos que a SOP pode causar no organismo.
7	Gomes/ 2021	Aspectos ultrassonográficos na síndrome dos ovários policísticos: novas recomendações	Entender a eficiência que os exames obtidos através de ultrassom tem no diagnóstico da SOP.
8	Gonçalves; Ferreira; Pereira/ 2021	Interferência dos hábitos alimentares em mulheres portadoras da síndrome de ovários policísticos	Compreensão de hábitos alimentares em problemas como a SOP.
9	Krüger/ 2021	Síndrome dos Ovários Policísticos: inter-relações metabólicas e obesidade.	Entender a relação da obesidade e o agravamento de sintomas da SOP.
		A alimentação ou anticoncepcional	Entender a possível relação

10	Moura <i>et al.</i> , 2021	no tratamento da Síndrome de Ovários Policísticos (SOP)?	que os métodos contraceptivos como anticoncepcionais e a alimentação tem com a SOP.
11	Peres <i>et al.</i> , 2021	Vínculo fisiopatológico entre obesidade e síndrome dos ovários policísticos: uma revisão de literatura.	Compreensão do mecanismo fisiopatológico entre SOP e obesidade.
12	Santos; Alvares/ 2018	Revisão de literatura sobre a Síndrome do Ovário Policístico.	Entender a compreensão de outros artigos compilados que tratam sobre a SOP.
13	Silva <i>et al.</i> , 2017	Relação entre Síndrome metabólica e síndrome do ovário policístico.	Entender alguns processos que agravam o quadro de SOP e síndrome metabólica.
14	Souza; Dytz/ 2020	Intervenções não farmacológicas no tratamento da síndrome dos ovários policísticos: uma revisão da literatura.	Compreender as alternativas não farmacológicas no tratamento da SOP e seus benefícios para as pacientes.

Quadro 1: Relação de artigos utilizados

Possibilidades de tratamento para a SOP

A Síndrome dos Ovários Policísticos é um distúrbio que pode ser tratada com o uso de medicamentos, assim como outras condições patológicas que tem haver com a mudança do metabolismo do organismo, e os medicamentos mais utilizados para a regulação da SOP são os anticoncepcionais orais, que são compostos por hormônios que vão servir como reguladores do processo de ciclo menstrual (GONÇALVES; PEREIRA; FERREIRA, 2021).

Mas, como alguns estudos vêm demonstrando, existem outras comorbidades relacionada à desregulação metabólica causada pela SOP e uma dessas comorbidades é a diabetes, que vai se manifestando em algumas pacientes, geralmente as que possuem a obesidade, e elas fazem uso de medicamentos hipoglicemiantes, e já se comprovou alguns efeitos nocivos causados pela interação de anticoncepcionais e esses medicamentos, podendo levar às pacientes ao risco de vida, portanto alguns estudos estão sendo feitos para tomar outras medidas mais seguras, mais frequentes nos tratamentos (GONÇALVES; PEREIRA; FERREIRA, 2021).

Alguns estudos demonstram que o estilo de vida é talvez um dos principais fatores que desencadeiam o desenvolvimento de problemas metabólicos no organismo, a alimentação é o mais forte desses fatores, já que os alimentos são as fontes dos nutrientes que entram no organismo, e atualmente, com a grande quantidade de ultraprocessados nas prateleiras, com um grande quantitativo de substâncias nocivas por causa dos aditivos químicos utilizados, o risco de desenvolvimento de problemas no metabolismo aumenta. Embora alguns progressos na saúde primária tenham despertado uma maior preocupação das pessoas com o cuidado consigo mesmo, uma maioria ainda não se importa tanto com isso, e praticam hábitos nocivos, como ingerir alimentos ultraprocessados em excesso (PERES et al., 2021).

As interações medicamentosas são um fator preocupante em diversas doenças, pois a população tende a utilizar cada vez mais, uma quantidade maior de medicamentos, já que mais problemas de metabolismo estão aparecendo, e no contexto da SOP a interação maior, se refere aos anticoncepcionais e metformina, um medicamento utilizado para tratar diabetes tipo 2 (MOURA et al., 2021).

Diversos estudos mostram que essas interações podem piorar o estado de saúde das pacientes que são acometidas pela SOP, já que os medicamentos são produtos produzidos com conteúdos químicos, e eles interagem entre si, e por isso a mudança de hábitos tem sido muito orientada pelos profissionais, pois são cuidados primários que as pacientes tem que podem mudar seu estado de saúde (GONÇALVES; PEREIRA; FERREIRA, 2021).

Relação da mudança de hábitos no tratamento de SOP

A mudança de hábitos é um assunto discutido no meio acadêmico, principalmente na área da saúde e isso vem ganhando cada vez mais espaço, pois a mudança de hábitos nocivos para hábitos saudáveis e a alimentação está nesse contexto, pois é um dos fatores que mais conta quando o assunto é saúde. No caso da SOP, de acordo com MOURA *et al* (2021) a dieta recomendada para pacientes que possuem SOP é uma dieta com alimentos com índice de carboidratos baixos e alimentos que tenham características antioxidantes, pois eles têm efeito anti-inflamatórios.

Estudos recentes mostram também, o potencial dos treinamentos físicos de intensidade moderada, que induzem uma melhora nas funções endoteliais da artéria braquial das mulheres com SOP, porém não é um tratamento exclusivamente de indução de atividades físicas, são tratamentos complementares, tanto de atividades físicas, alimentação e o manejo clínico padrão, exigido pela comunidade médica. De acordo com Campos, Leão e Souza (2021) essa melhora na função do endotélio foi possível por causa da ausência de alterações de peso, ausência da presença de gorduras nocivas no fígado e ausência de resistência insulínica.

E alguns dados sugerem que na fase de desenvolvimento intra-uterino ou fase adulta, a exposição aumentada de hormônios andrógenos leva ao aumento de expressão gênica de alguns genes responsáveis pela manifestação de atividade de lipogênese, que é induzida pela comunicação dos hormônios androgênicos e isso induz a formação de tecido adiposo, principalmente na região abdominal, o que se torna um fator de risco e de associação à SOP (SILVA *et al.*, 2017).

Estes dados mostram que há uma melhora na condição vascular de pacientes que apresentam a síndrome, pois os fatores de risco como má alimentação e sedentarismo podem gerar um quadro de sobrepeso e obesidade, aumentando os riscos de desenvolvimento de problemas relacionados como hipertensão e os exercícios combinados às dietas demonstram que há uma redução nos riscos à saúde das pacientes com SOP, o que sugere uma abordagem integral, para o tratamento dessa síndrome.

Atualmente, o tratamento principal para o combate à SOP é de cunho farmacológico, na qual os medicamentos são ingeridos de acordo com as manifestações clínicas que se apresentam e que apresenta uma alta eficácia nos resultados, porém, os profissionais de saúde tem o dever de orientar as pacientes a adquirirem hábitos saudáveis, como redução da ingestão de álcool, que é nocivo para o fígado, órgão responsável por grande atividade metabólica e redução do tabagismo, além dos hábitos alimentares e práticas diárias de exercícios físicos (CANTRIQUE, 2019).

Importância da orientação profissional relacionado à SOP

Os profissionais da saúde são habilitados para realizar orientações, já que eles tem em sua grade de ensino o conhecimento baseado em achados científicos, o que ajuda na aplicação desses métodos, e esse preparo dar autonomia para que os profissionais cumpram com esse papel (CANTRIQUE, 2019).

Logo, a orientação é indispensável quando se trata de pacientes com SOP, já que é um problema que atinge todo o metabolismo, causando inúmeros efeitos indesejados nas mulheres e que podem gerar riscos ainda maiores, como maior propensão ao desenvolvimento de câncer no endométrio, portanto, esse tipo de problema relacionado ao metabolismo deve ser controlado de forma farmacológica, e com hábitos saudáveis (SOUZA, 2021).

Contudo há uma grande falha no quesito de ensino de muitos profissionais que ainda é observável, pois alguns métodos de ensino ainda apelam somente para o lado de combate aos sintomas, não possuindo o critério de observação do ser humano como ser integral, que é de fato, algo negativo, já que diversos problemas são desenvolvidos com principal efeito de atividades nocivas, principalmente as doenças que tem características metabólicas, que vão se desenvolvendo ao longo da vida, graças a fatores genéticos e a fatores externos, que somatizam a geram condições de saúde debilitante aos pacientes (MOURA et al., 2021).

Com todos essas evidências no tratamento com a promoção da saúde, como fator conclusivo para melhora, é dever dos profissionais orientar as

pacientes sobre esses procedimentos de mudanças no hábito alimentar e de cuidados com sua saúde no cotidiano, isso é crucial na melhora dos sintomas.

A orientação é uma forma de repassar uma informação, para que as pessoas fiquem atentas aos cuidados que devem tomar frente à uma condição grave ou com potencial de agravamento, e isso se deve a todos os profissionais de saúde, pois todos tem um dever a se cumprir quando se formam.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O tratamento medicamentoso presente no combate à SOP é testado e bastante eficiente, de acordo com as pesquisas clínicas e resultados obtidos com as pacientes que já foram e são tratadas com esse método, porém não existe somente esse método de tratamento, já que os dados nas pesquisas mostraram que mesmo que haja bastante eficiência no tratamento medicamentoso, eles só tratam os sintomas da doença, não conseguem frear as causas que são manifestações genéticas combinadas com fatores externos que desencadeiam uma cascata de efeitos metabólicos no organismo.

Portanto, constatou-se, de acordo com as análises realizadas nos artigos selecionados que os tratamentos não medicamentosos, que podem ser solicitados pelos profissionais de saúde, que possuem a capacidade e o dever de orientar as pacientes sobre esse tipo de tratamento, que foca na mudança de hábitos, principalmente relacionados ao estilo de vida, como a alimentação e os hábitos como alcoolismo e tabagismo, que são hábitos nocivos para diversas funções metabólicas no organismo, portanto o profissional da saúde deve orientar as pacientes a praticarem esse tipo de tratamento, para reduzir os danos causados pela doença e tornar o tratamento combinado com os medicamentos ainda mais eficiente, melhorando a condição de vida e bem estar.

Mas embora seja um assunto bastante abordado na comunidade científica e com bastante impacto, já que a SOP é uma condição que acomete muitas mulheres, e causa muitos problemas como infertilidade e ciclos menstruais desordenados, com impactos na saúde sistêmica, como maior propensão de desenvolvimento de outras patologias associadas como DM, hipertensão e câncer, ainda há algumas dificuldades no sentido de estudo nesse

tramo, justamente pelo fato de não haver muita conclusão sobre a causa da doença e relação entre os fatores de riscos não serem conclusivos.

Porém os estudos têm evoluído e mais pesquisas deveriam ser realizadas nessa área, para que novos estudos venham a se tornar cada vez mais informativos para comunidade acadêmica científica e a comunidade não acadêmica, pois quanto mais há dados disponíveis, mais relevante se torna o tema, para que a gama de tratamentos e métodos de orientação sempre melhor, tornando a vida das mulheres que sofrem com SOP melhor, com seu bem estar mais aflorado e para que existam mais tratamentos baseados em mudanças de hábitos disponíveis.

REFERÊNCIAS

ABREU, Clezio Rodrigues de Carvalho. **EXPOSIÇÃO A DESREGULADORES ENDÓCRINOS E SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS**: uma revisão sistemática. 2017. 68 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Ciências da Saúde, Universidade de Brasília, Brasília, 2017.

CAMPOS, Alessandraespíndola; LEÃO, Maria Eduarda Bellotti; SOUZA, Mirla Albuquerque de. O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, Manaus, v. 13, n. 2, p. 1-9, fev. 2021.

CATRINQUE, Jeane Alves. **IMPACTOS NA QUALIDADE DE VIDA DE MULHERES PORTADORAS DA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO (SOP)**. 2019. 41 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Faculdade de Educação e Meio Ambiente, Ariquemes, 2019

EMILHANO, Amanda Sales *et al.* Síndrome dos ovários policísticos (SOP): uma revisão narrativa. In: FREITAS, Guilherme Barroso La de; MOREIRA, Lyslian Joelma Alves. **Saúde da Mulher**: epidemiologia, intervenções, casos clínicos e políticas de saúde. 11. ed. Paraná: Pasteur, 2021. Cap. 02. p. 71-78.

FARIA, Leidiane dos Anjos; SILVA, Wanessa Souza; PASSOS, Sandra Godoi de. Alimentação e Prática de Atividade Física, no Tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos: revisão integrativa. **Revista**, [s. l], v. 10, n. 3, p. 461-468, jun. 2021.

FERREIRA, Isabella Ferraz *et al.* Impactos biológicos e sociais na vida das mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos. **Revista Eletrônica Acervo Científico**, Caratinga, v. 14, n. 6, p. 1-7, nov. 2020.

GOMES, Paula Cristina de Almeida. Aspectos ultrassonográficos na síndrome dos ovários policísticos: novas recomendações. **Brazilian Journal Of Health Review**, Aracaju, v. 4, n. 2, p. 6525-6535, mar. 2021.

GONÇALVES, Paula Vilela; PEREIRA, Katiuscya Gonçalves; FERREIRA, Raíssa de Melo Matos. INTERFERÊNCIA DOS HÁBITOS ALIMENTARES EM MULHERES PORTADORAS DA SÍNDROME DE OVÁRIOS POLICÍSTICOS. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, [s. l], v. 3, n. , p. 1-20, out. 2021.

KRÜGER, Lídia Togneri Proffo. **SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS**: inter-relações metabólicas e obesidade. 2021. 17 f. TCC (Graduação) - Curso de Medicina, Unifacig, Minas Gerais, 2021.

MOURA, Danrley *et al.* **A alimentação ou anticoncepcional no tratamento da Síndrome de Ovários Policísticos (SOP)?** 2021. 18 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Universidade de Brasília, Brasília, 2021.

PERES, Maria Luísa Alves *et al.* Vínculo fisiopatológico entre obesidade e síndrome dos ovários policísticos: uma revisão de literatura. **Research, Society And Development**, Patos de Minas, v. 10, n. 10, p. 1-9, ago. 2021.

SANTOS, Rayane Medeiros; ÁLVARES, Alice da Cunha Morales. REVISÃO DE LITERATURA SOBRE A SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO. **Rev Inic Cient e Ext.**, Açu, v. 1, n. 2, p. 261-265, abr. 2018.

SILVA, Anne Caroline Cezimbra da *et al.* **RELAÇÃO ENTRE SÍNDROME METABÓLICA E SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO**. 2017. 14 f. TCC (Graduação) - Curso de Biomedicina, Universidade Feevale, Vila Nova, 2017.

SOUZA, Beatriz Fausto de; DYTZ, Priscila. **INTERVENÇÕES NÃO FARMACOLÓGICAS NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS**: uma revisão da literatura. 2020. 28 f. TCC (Graduação) - Curso de Nutrição, Centro Universitário de Brasília, Brasília, 2020.



INSTITUTO DE ENSINO SUPERIOR FRANCISCANO – IESF

Recredenciado pela Portaria do MEC Nº. 725, de 20 de julho de 2016,
publicado no D.O.U de 21 de julho de 2016
Renovação de Reconhecimento pela Portaria Nº 271, de 3 de abril de 2017,
publicado no D.O.U de 4 de abril de 2017

BIBLIOTECA LEONICE CARNEIRO
REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL
DECLARAÇÃO DE AUTORIZAÇÃO PARA PUBLICAÇÃO

Autor(es):

1. Jule Vanessa dos Santos Silva

CPF: 873565972-68 RG: 07562954200220 Telefone (98) 98512-0293

E-mail: JHULYVANESSA12345@GMAIL.COM

2. Luiz Antonio Vieira Neto

CPF: 04579334370 RG: 130148419997 Telefone (98) 985046776

E-mail: LUIZANTONIOV.N@HOTMAIL.COM

Curso: Bacharelado em Enfermagem

Orientador(a): Angel Borges Serra

Data da Defesa/Socialização: 23/12/21

Título/Subtítulo: Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP): intervenções não farmacológicas no tratamento.

Tipo do documento: TCC de Graduação

TCC de Especialização

Formato do arquivo entregue: Word

PDF

Restrição para publicação: Sem restrição Restrição Parcial Restrição Total

Justificativa da restrição:

Em caso de Restrição Parcial, especifique os itens restritos:

Declaro que na qualidade de titular dos direitos autorais do presente trabalho é de minha autoria e autorizo o Instituto de Ensino Superior Franciscano (IESF), a disponibilizar gratuitamente na internet, sem ressarcimento de direitos autorais, para fins de leitura, impressão e/ou download.

Declaro ainda que estou ciente:

- Da Lei nº 9.610, de 19 de fevereiro de 1988, que dispõe sobre os Direitos Autorais;
- Dos Instrumentos Legais do IESF.

Paço do Lumiar(Ma), 14 de Janeiro de 2022.

Jule Vanessa dos Santos Silva

Assinatura Autor

Luiz Antonio Vieira Neto

Assinatura Autor

CNPJ: 10.187.537/0001-66 - Av. 14, Quadra 02, Lote 18 e 19 - Maiobão - Paço do Lumiar - MA - 65.130-000
Fone: 3274-3204 E-mail: ouvidoria@iesfma.com.br
www.iesfma.com.br