

**Apoio:** [**www.editorapasteur.com.br**](http://www.editorapasteur.com.br) **- @editorapasteur**

**INTRODUÇÃO**:

A Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) é uma endocrinopatia de etiologia não totalmente esclarecida e que afeta principalmente mulheres em idade fértil. Dentre as manifestações clínicas mais comuns destacam-se o hiperandrogenismo, os distúrbios da ovulação e os pequenos cistos ovarianos.

**OBJETIVO**:

Analisar em produções científicas a importância da prática de atividade física em pacientes com SOP para controle da obesidade, regulação dos níveis de insulina no corpo e consequentemente controle das manifestações clínicas.

**MÉTODO**:

Caracterizou-se por uma revisão bibliográfica da literatura mediante a leitura e análise de artigos científicos nacionais e internacionais publicados nos últimos 5 anos e coletados nos bancos de dados Google Acadêmico, Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e Pubmed.

**RESULTADOS**:

Verificou-se que as manifestações clínicas da SOP são diversas e incluem, além do supracitado, resistência insulínica e obesidade. Estudos demonstram que frequentemente é encontrada obesidade androide em pacientes com esta síndrome, e existe uma forte relação entre excesso de peso e resistência à insulina, visto que o aumento excessivo de gordura na circunferência abdominal (padrão androide) é forte preditivo para aumentar a insensibilidade do corpo à insulina. Sendo o corpo mais resistente à insulina, os riscos de desenvolver complicações como Diabetes Mellitus tipo II, gestacional e doenças cardiovasculares aumentam significativamente. Por essa razão, é de extrema importância incluir no tratamento da SOP prática de atividades físicas como meio de alcançar considerável perda ponderal.

**CONCLUSÃO**:

A prática de atividade física, juntamente a uma reeducação alimentar, é uma importante alternativa de tratamento não farmacológico dos sintomas da SOP, por meio do controle da obesidade e consequente redução da resistência insulínica, e dessa forma oferece uma intervenção potencialmente efetiva.

Palavras-chave:

*Síndrome do ovário policístico. Atividade física. Insulina. Obesidade.*

Filiações:

1Discente, Faculdade de Medicina Nova Esperança. João Pessoa, PB

2Docente, Faculdade de Medicina Nova Esperança. João Pessoa, PB

Autores: Marília Leite de Menezes¹, Filipe Pinto de Oliveira¹, Emanuela de Aguiar Correia¹, José Aníbal Costa Marcolino Gomes Filho¹, Sabrina de Melo Gomes Pessoa².

Importância Da Prática De Atividade Física Para Controle Dos Sintomas Da SOP – Uma Revisão De Literatura