**A IMPORTÂNCIA DA ATIVIDADE FÍSICA NO TRATAMENTO DA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO**

1Nicole Laysa da Silva Costa; 2Maria Vitória Marinho Batista; 3Yara Pereira Sampaio; 4Rafael de Carvalho Mendes.

1,2,3Acadêmicos do curso de Farmácia do Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil. 4Farmacêutico docente do curso de Farmácia, Centro Universitário Maurício de Nassau – UNINASSAU, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

**Eixo Temático:** Eixo Transversal

**E-mail do Autor Principal:** nicole.laysa15@gmail.com

**Introdução:** A síndrome do ovário policístico é uma condição de desequilíbrio endócrino e, consequentemente, metabólico nas mulheres que se encontram no período reprodutivo. Embora a causa da doença não seja concreta, há estudos que apontam para desordens multigênicas complexas, como defeitos na secreção hipotalâmica, resistência à insulina ou desregulação das células tecais em resposta ao LH. Essa endocrinopatia pode levar ao desenvolvimento de condições como: risco de diabetes, hipertensão arterial, obesidade, dislipidemia, infertilidade, dentre outras complicações. Dessarte, as atividades físicas são essenciais para contornar os sintomas dessa condição, auxiliando no controle da patologia e, por conseguinte, contribuir para uma melhoria na qualidade de vida do paciente, levando em consideração todos os resultados benignos que a prática é capaz de proporcionar ao organismo humano. **Objetivo**: O presente estudo tem como objetivo enfatizar a relevância da prática de atividades físicas nas mulheres diagnosticadas com a Síndrome do Ovário Policístico, destacando os resultados desse tratamento. **Metodologia:** A pesquisa trata-se de uma revisão de literatura, de caráter qualitativo. Foi estruturada a partir de dados eletrônicos encontrados no Google Acadêmico, na Scientific Electronic Library Online- SCIELO, na revista eletrônica Acervo+ e no Repositório Institucional UNESP. A perquisição foi realizada em março de 2023, empregando os descritores: “Atividade Física”, “Síndrome do Ovário Policístico”, “Metabolismo” e “Benefício”. Foram selecionados os estudos que se relacionam com o tema em questão e fosse escrito no idioma Português- Brasil, excluindo artigos inconclusivos ou duplicados. **Resultados e Discussão:** Com isso, foi o observado quemedidas não farmacológicas vêm ganhando espaço no tratamento de enfermidades atualmente, e não é diferente com a referida síndrome. Estudos demonstram que pacientes que realizaram seis meses de prática regular de atividades físicas em associação com uma dieta saudável, conseguiram alcançar uma evolução em seu perfil ovulatório e uma parcela conseguiu engravidar durante o período experimental. Ademais, a prática de exercícios físicos, se realizados regularmente, podem auxiliar na regulação da desordem endócrina, contribuir para a perca de peso, controle glicêmico, redução de triglicerídeos e colesterol total para controlar os riscos de dislipidemia e assim, proporcionar mais saúde e qualidade de vida ao paciente. Sendo assim, além do tratamento medicamentoso e uma alimentação controlada, a prática de exercícios físicos mostrou-se eficaz na melhora da qualidade de vida e longevidade dos pacientes portadores da síndrome. **Considerações Finais:** Por esse prisma, compreende-se a relevância da prática de atividades físicas para o corpo e manutenção da saúde – sobretudo em pacientes com SOP, apresentando resultados benéficos a nível físico e metabólico, propiciando as pacientes um tratamento eficaz, seguro e saudável.

**Palavras-chave:** Atividade Física; Síndrome do Ovário Policístico; Metabolismo; Benefício.

**Referências**

AZEVEDO, G. D. DE. et al. Modificações do estilo de vida na síndrome dos ovários policísticos: papel do exercício físico e importância da abordagem multidisciplinar. Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia, v. 30, n. Rev. Bras. Ginecol. Obstet., 2008 30(5), p. 261–267, maio 2008. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0100-72032008000500009>>.

CamposA. E.; LeãoM. E. B.; de SouzaM. A. O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, p. e4354, 16 fev. 2021. Disponível em < <https://doi.org/10.25248/reas.e4354.2021>>.

Pontes. Prevalência de resistência à insulina, intolerância à glicose e diabetes mellitus tipo 2 em pacientes com síndrome doa ovários policísticos (SOP). 2009. 82 f. Dissertação (mestrado) - Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Medicina de Botucatu, 2009. Disponível em <<http://hdl.handle.net/11449/99263>>.