

## INFLUÊNCIA DO PADRÃO ALIMENTAR MEDITERRÂNEO NA SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO (SOP): UMA REVISÃO

**INTRODUÇÃO:** A SOP é uma das mais comuns endocrinopatias ginecológicas, com relevante influência epigenética, acometendo aproximadamente 15% das mulheres em menacme. Seu diagnóstico é feito pela presença de pelo menos dois dos três critérios de Rotterdam no quadro clínico. Pesquisas demonstraram a relação individual de nutrientes na dieta como um fator contribuinte para a melhora ou piora da síndrome. Entretanto, pouco se sabe sobre a relação entre a adoção de um padrão alimentar anti-inflamatório, como a dieta mediterrânea, e a atenuação de outras doenças associadas à SOP. **OBJETIVO:** Elucidar a influência do padrão alimentar mediterrâneo no manejo do quadro clínico inflamatório secundário à SOP. **MÉTODO:** A seleção dos artigos foi realizada na base de dados eletrônicos *PubMed*, utilizando os descritores: “Polycystic Ovary Syndrome”, “Nutrition” e “Mediterranean Diet”. Para seleção dos artigos, cumpriram-se os critérios: ano de publicação entre 2016 e 2021, conteúdo abrangido pelo artigo e inglês como idioma. **RESULTADO:** É frequente a associação entre SOP e doenças cujo aumento crônico do padrão inflamatório é propedêutico em sua fisiopatogênese, como obesidade, diabetes mellitus e dislipidemia. A dieta do mediterrâneo, embasada na ingestão de fibras, carboidratos complexos, micronutrientes, ácidos graxos mono e poli-insaturados, tem sido usada no tratamento não farmacológico dessas doenças associadas. Em pacientes com SOP, evidenciou-se diminuição da composição corporal e dos biomarcadores pró-inflamatórios, atenuando a disfunção ovariana e o progresso da síndrome metabólica. **CONCLUSÃO:** Evidencia-se a interação ambiental, como o padrão alimentar, no manejo do quadro clínico inflamatório da SOP, sendo aconselhável instruir as pacientes quanto ao modelo dietético anti-inflamatório durante e após o tratamento. Entretanto, não foi possível estabelecer relação de causalidade entre os eventos, por isso, são necessárias novas pesquisas para elucidar essa relação.

**PALAVRAS-CHAVE:** Síndrome do Ovário Policístico. Nutrição. Dieta do Mediterrâneo.