

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

**SUPLEMENTAÇÃO DE VITAMINA D EM MULHERES COM
SÍNDROME DO OVÁRIO POLICÍSTICO: UMA REVISÃO DE
LITERATURA**

Erika Ferraz de Andrade Amorim Mendes¹

Discente – Centro Universitário Fametro - Unifametro;
Email para contato: erika.mendes@aluno.unifametro.edu.br

Thaís Maria de Moraes Queiroz²

Discente – Centro Universitário Fametro - Unifametro;
Email para contato: thais.queiroz01@aluno.unifametro.edu.br

Luara Augusta Ximenes Marinho³

Discente – Centro Universitário Fametro - Unifametro;
Email para contato: luara.marinho01@aluno.unifametro.edu.br

Camila Mota Albino⁴

Discente – Centro Universitário Fametro - Unifametro;
Email para contato: camila.albino@aluno.unifametro.edu.br

Roberta Freitas Celedonio⁵

Docente – Centro Universitário Fametro - Unifametro;
Email para contato: roberta.celedonio@professor.unifametro.edu.br

Área Temática: Nutrição Clínica

Introdução: A síndrome do ovário policístico é um distúrbio endócrino que afeta mais de 10% das mulheres em idade reprodutiva e, comumente, se apresenta com anormalidades metabólicas, como resistência à insulina, obesidade e dislipidemia. Nela ocorre hiperandrogenismo, que contribui para características clínicas da doença, como: acne; hirsutismo; distúrbios menstruais e anovulação; inflamação; e danos oxidativos. Além disso, são observadas alterações no perfil lipídico, na composição da microbiota intestinal e deficiências nutricionais como: selênio e vitamina D. É importante destacar que a deficiência

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

de vitamina D, embora seja frequente na população em geral, é mais prevalente ainda em mulheres com SOP como também é correlacionada ao aumento da resistência à insulina. Essa vitamina é um hormônio esteróide e seu receptor está expresso no sistema reprodutor feminino, tendo função sobre o folículo ovariano. Diante disso, muitos estudos sugerem que a suplementação de vitamina D pode ter um papel fundamental na reprodução feminina devido às possíveis melhorias na fisiologia ovariana e na qualidade do oócito, como também no metabolismo da glicose, o que tem papel chave na resistência à insulina. **Objetivos:** Revisar na literatura a relação entre a suplementação de vitamina D e a síndrome do ovário policístico em mulheres adultas. **Métodos:** O presente estudo trata-se de uma revisão de literatura, com a coletânea de dados realizada no mês de abril de 2023, nos repositórios da Pubmed e da Scielo, utilizando os descritores em ciências da saúde “*Polycystic Ovary Syndrome*” e “*vitamin D*”, combinados com o operador booleano “AND”. Foram selecionados os artigos publicados nos últimos 5 anos, nos idiomas inglês e português, que se tratava de estudos randomizados controlados por placebo realizados com mulheres adultas. Além disso, foram excluídos os estudos que suplementavam outros nutrientes além de vitamina D, que associavam a outras doenças e os que estavam no formato de teses, monografias, dissertações e revisões. **Resultados:** Foram selecionados 4 artigos, em que todos haviam sido publicados no idioma inglês, entre 2018 e 2021. As pesquisas foram testes randomizados controlados por placebo em mulheres com idade entre 18 e 40 anos com duração de intervenção que variaram de 8 a 24 semanas, com a suplementação vitamina D de 3.200 a 50.000 UI. Um desses estudos teve como objetivo a análise da influência da suplementação de vitamina D nos fatores de risco cardiovascular, hormônios e marcadores hepáticos em 40 mulheres portadoras da síndrome do ovário policístico, e foi possível observar após os três meses de acompanhamento um aumento dos níveis de vitamina D e pouco efeito na redução do índice HOMA-IR ($p=0,051$), além disso, mais nenhuma diferença foi encontrada entre os grupos placebo e vitamina D. Um outro estudo demonstrou um aumento significativo de vitamina D sérica através do exame 25(OH)D ($p<0,001$) e diminuição da glicose presente no plasma após 60 minutos do exame de tolerância à glicose ($p=0,045$), não tendo outros efeitos relevantes no que tange os fatores metabólicos e endócrinos da síndrome. Já no que diz respeito à fertilidade em mulheres com SOP, foram analisados outros dois estudos, o primeiro deles teve como foco os efeitos da suplementação de vitamina D nos marcadores de fertilidade em mulheres com SOP, já o segundo deu ênfase nos

IX JORNADA DE NUTRIÇÃO
CURSO DE NUTRIÇÃO UNIFAMETRO

perfis metabólicos e expressão gênica da insulina e metabolismo lipídico em mulheres inférteis que pretendiam fazer fertilização in vitro. O primeiro demonstrou um resultado significativo ($p=0,031$) nos níveis de hormônio folículo-estimulante, responsável por regular a maturação dos óvulos, e na relação do hormônio luteinizante/folículo-estimulante ($p=0,022$). Já o segundo estudo mostra que a suplementação de vitamina D teve como consequência a diminuição do AMH sérico ($p=0,02$), hormônio que indica a quantidade de óvulos existentes; além da redução dos níveis de insulina ($p=0,007$), de resistência à insulina ($p=0,008$), e de colesterol LDL ($p=0,04$). **Conclusão:** Sendo assim, foi possível verificar efeitos positivos a partir da suplementação de vitamina D em mulheres com síndrome do ovário policístico, como a redução da glicose plasmática, alterações no metabolismo de insulina e regulação hormonal, porém os estudos ainda são controversos. Desta forma, faz-se necessário o desenvolvimento de mais estudos que venham a analisar melhor a relação entre a suplementação de vitamina D e a síndrome do ovário policístico.

Palavras-chave: Síndrome do ovário policístico; Vitamina D; Resistência à insulina.

Referências:

- DASTORANI, M. et al. The effects of vitamin D supplementation on metabolic profiles and gene expression of insulin and lipid metabolism in infertile polycystic ovary syndrome candidates for in vitro fertilization. **Reproductive Biology and Endocrinology**, v. 16, n. 1, 2018.
- JAVED, Z. et al. A Randomized, Controlled Trial of Vitamin D Supplementation on Cardiovascular Risk Factors, Hormones, and Liver Markers in Women with Polycystic Ovary Syndrome. **Nutrients**, v. 11, n. 1, p. 188, 2019.
- LERCHBAUM, E. et al. Effects of Vitamin D Supplementation on Surrogate Markers of Fertility in PCOS Women: **A Randomized Controlled Trial**. **Nutrients**, v. 13, n. 2, p. 547, 2021.
- TRUMMER, C. et al. Effects of vitamin D supplementation on metabolic and endocrine parameters in PCOS: a randomized-controlled trial. **European Journal of Nutrition**, v. 58, n. 5, p. 2019–2028, 2018.