

## SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS: DESAFIOS E PERSPECTIVAS NO TRATAMENTO

Josefa Hellôany Fernandes Barros<sup>1</sup>

Paula Jamilly Conceição Silva<sup>2</sup>

Jhenefy de Almeida Silva<sup>3</sup>

Geane Silva Oliveira<sup>4</sup>

Anne Caroline de Souza<sup>5</sup>

Ocilma Barros de Quental<sup>6</sup>

**RESUMO:** **Introdução:** A SOP é uma condição metabólica e hormonal complexa, caracterizada por anovulação, hiperandrogenismo e múltiplos cistos ovarianos. Está associada à infertilidade, irregularidade menstrual, resistência à insulina, obesidade e alterações emocionais, afetando significativamente a qualidade de vida das pacientes.

**Metodologia:** Realizou-se uma revisão integrativa da literatura, considerando artigos publicados entre 2021 e 2025 nas bases BVS, PubMed, LILACS, SciELO e MEDLINE. Foram utilizados os descritores “assistência de enfermagem”, “medidas terapêuticas” e “síndrome dos ovários policísticos”. Estudos fora do recorte temporal ou não relacionados foram excluídos. Os dados foram organizados por autor, ano, objetivo e principais achados. **Resultados e discussão:** Os principais desafios identificados incluem diagnóstico precoce dificultado, complexidade hormonal, impactos sociais e emocionais, e adesão ao tratamento. Estratégias eficazes envolvem manejo interdisciplinar, integração de terapias farmacológicas e não farmacológicas, mudanças no estilo de vida, orientação nutricional e suporte psicológico. Destacou-se o papel central da enfermagem na Atenção Primária, promovendo acolhimento, educação em saúde e acompanhamento contínuo. O manejo da SOP exige abordagem individualizada e integrativa, considerando fatores fisiológicos, metabólicos e psicossociais. A adesão ao tratamento é facilitada por estratégias humanizadas e pelo fortalecimento do vínculo entre paciente e equipe multiprofissional. **Conclusão:** O tratamento da SOP requer abordagens personalizadas, integradas e humanizadas, visando reduzir complicações, melhorar a adesão ao tratamento e promover bem-estar e qualidade de vida.

8454

**Descritores:** Assistência de Enfermagem. Medidas Terapêuticas. Síndrome dos Ovários Policísticos.

<sup>1</sup>Discente do curso de enfermagem. Centro Universitário Santa Maria.

<sup>2</sup>Discente do curso de enfermagem. Centro Universitário Santa Maria.

<sup>3</sup>Discente do curso de enfermagem. Centro Universitário Santa Maria.

<sup>4</sup>Enfermeira mestre formada pela UFPB, João Pessoa, PB. Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

<sup>5</sup>Enfermeira formada pelo Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB. Docente do Centro Universitário Santa Maria, Cajazeiras, PB.

<sup>6</sup>Docente do Centro Universitário Santa Maria.

## I INTRODUÇÃO

A Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) é um distúrbio metabólico caracterizado por um desequilíbrio hormonal que interfere no processo normal de ovulação, resultando na formação de cistos ovarianos. Esse quadro é frequentemente acompanhado por exames laboratoriais que indicam níveis elevados de androgênios. Clinicamente, a SOP se manifesta por sinais como excesso de pelos corporais, queda de cabelo, seborréia, manchas na pele, acne, infertilidade e irregularidade menstrual (Alves et al., 2022).

A denominação SOP está relacionada à presença de ovários aumentados de volume, com hipertrofia do estroma e múltiplos cistos localizados no córtex. A SOP é reconhecida como a principal causa de infertilidade anovulatória e está associada a um risco aumentado para o desenvolvimento de diversas comorbidades, como dislipidemia, hipertensão arterial, diabetes mellitus tipo 2, disfunção endotelial e síndrome metabólica — esta última contribuindo significativamente para a maior predisposição a doenças cardiovasculares (Pena et al., 2022).

Ademais, é o distúrbio metabólico mais comum entre mulheres em idade reprodutiva, com prevalência que varia de 6% a 18%, dependendo dos critérios diagnósticos adotados e da população estudada. Dados epidemiológicos indicam que a SOP afeta de 3% a 15% das mulheres em todo o mundo. No Brasil, estima-se que cerca de 13% das mulheres em idade fértil sejam acometidas pela síndrome (Andrade et al., 2022).

8455

Diante disso, apresenta uma variedade de sintomas, sendo as alterações menstruais um dos mais comuns — a menstruação costuma ser espaçada, ocorrendo poucas vezes ao ano, embora também possa se manifestar como fluxo intenso ou até ausência total. O hirsutismo, caracterizado pelo crescimento excessivo de pelos no rosto, seios e abdômen, é outro sinal frequente, assim como a tendência à obesidade, fator que pode agravar o quadro da síndrome. A acne também é comum, resultante da produção aumentada de oleosidade pelas glândulas sebáceas. Além disso, a SOP pode levar à queda de cabelo e sintomas emocionais, como a depressão (Cavalcante et al., 2021).

O diagnóstico da SOP é estabelecido por meio de exames clínicos e laboratoriais, incluindo a avaliação dos sintomas apresentados, exames de sangue para análise dos níveis hormonais e ultrassonografia transvaginal, que permite visualizar a presença de cistos nos ovários (Campos; Leão; Souza, 2021).

Devido ao desequilíbrio hormonal característico da patologia, os tratamentos convencionais envolvem o uso de anticoncepcionais e medicamentos com ação antiandrogênica.

Esses fármacos atuam na redução dos níveis de androgênios, no controle da resistência insulínica e na prevenção da formação de cistos ovarianos. A terapia medicamentosa é eficaz no alívio dos sinais e sintomas da síndrome, além de contribuir para a prevenção de complicações associadas. No entanto, pode ocasionar efeitos colaterais indesejados (Medeiros et al., 2023).

Dessa forma, visando à melhoria da qualidade de vida das mulheres com SOP, é importante considerar abordagens complementares, como o manejo dietético e o uso de suplementos, que podem auxiliar no controle das causas, sinais e sintomas da síndrome, conforme a gravidade do quadro clínico apresentado por cada paciente (Xavier; Freitas, 2021).

Os enfermeiros que atuam na Atenção Primária à Saúde (APS) desempenham um papel essencial na promoção do cuidado e na prestação de assistência tanto individual quanto comunitária. Suas atribuições incluem a realização de consultas, solicitação de exames, desenvolvimento de ações educativas, além de oferecer acolhimento e escuta qualificada às queixas dos usuários. A equipe de enfermagem também é responsável por acompanhar a evolução clínica das pacientes e implementar a sistematização da assistência de enfermagem, visando à melhoria da qualidade de vida de forma integral (Mendonça; Viana; Rodrigues, 2023).

Dessa forma, no contexto da SOP, o papel da enfermagem na APS é proporcionar bem-estar físico e mental, identificar precocemente os sinais clínicos da síndrome e aplicar intervenções eficazes que auxiliem na redução ou no controle dos sintomas. A assistência prestada visa dar o suporte necessário para que as pacientes enfrentem a condição de maneira adequada, promovendo qualidade de vida e permitindo que mantenham suas atividades diárias com mais equilíbrio e autonomia (Rohden; Corrêa, 2024).

Este estudo se torna relevante, pois, ao avaliar os desafios enfrentados por mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos, possibilita a melhoria das perspectivas e estratégias de tratamento. Dessa forma, contribui para a sociedade ao explorar evidências sobre a doença, além de agregar conhecimento e aprimorar a prática de enfermagem.

A escolha desta temática se justifica pela alta prevalência da SOP e pelos impactos significativos que a condição exerce na vida das mulheres acometidas. Diante das repercussões clínicas, metabólicas e emocionais associadas, a síndrome se configura como um relevante problema de saúde pública, demandando estudos que contribuam para a melhoria da qualidade de vida das portadoras. Com isso, formulou-se a seguinte questão: Quais são os principais

desafios enfrentados por mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos e como podem ser melhoradas as estratégias de tratamento?

## 2 METODOLOGIA

Este estudo utilizou a revisão integrativa da literatura como método, uma abordagem que teve como objetivo reunir e sintetizar o conhecimento científico disponível sobre determinado tema. Essa metodologia permitiu identificar, analisar e integrar os resultados de pesquisas independentes, gerando contribuições significativas para a qualificação da assistência prestada aos pacientes (Sousa; Silva; Carvalho, 2010).

A pesquisa foi de natureza bibliográfica, com abordagem exploratória, e os dados foram obtidos por meio de buscas eletrônicas em bases de dados acadêmicas. O processo de revisão integrativa seguiu as seguintes etapas: definição da pergunta norteadora, busca e seleção dos estudos na literatura, coleta de dados, análise crítica dos artigos selecionados, discussão dos achados e apresentação dos resultados.

A definição do tema e da problemática foi orientada pela seguinte pergunta norteadora: “Quais são os principais desafios enfrentados por mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos e como podem ser melhoradas as estratégias de tratamento?”, com base no tema proposto: “Síndrome dos Ovários Policísticos: desafios e perspectivas no tratamento”. 8457

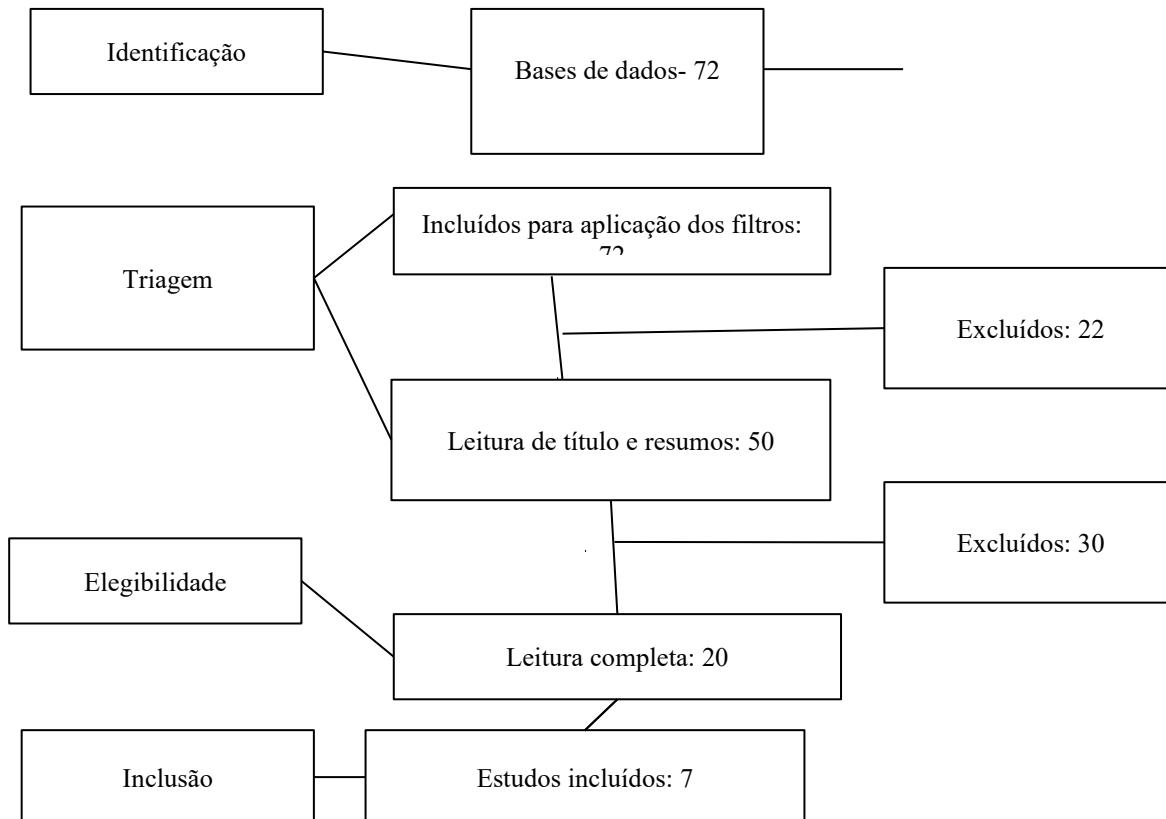
A busca foi realizada entre agosto e outubro de 2025, nas bases da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e da United States National Library of Medicine (PUBMED), abrangendo as seguintes fontes: Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Scientific Electronic Library Online (SciELO) e Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). Foram utilizados descritores registrados no portal Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), combinados pelo operador booleano “AND”: assistência de enfermagem; medidas terapêuticas; síndrome dos ovários policísticos.

Foram incluídos artigos publicados entre os anos de 2021 e 2025, nos idiomas português, espanhol e inglês, disponíveis na íntegra e que se relacionassem com a temática proposta. Foram excluídos estudos fora do recorte temporal definido, assim como teses, dissertações, monografias e publicações que não apresentassem relação com o tema central do estudo.

Os dados foram organizados de maneira objetiva e clara, permitindo uma análise crítica aprofundada dos principais achados. Os resultados e interpretações dos autores foram agrupados em categorias temáticas conforme a similaridade das discussões. Para a

sistematização das informações, foi elaborado um quadro no programa Microsoft Word 2019, contendo os dados das publicações, organizados por código numérico.

**Figura 1** – Fluxograma de identificação e seleção dos artigos que emergiram da busca tematizada.



8458

**Fonte:** A autora (2025).

### 3 RESULTADOS

Para compreender de forma mais ampla os principais desafios enfrentados por mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) e as estratégias que podem aprimorar o tratamento, foram selecionados sete estudos recentes que abordam aspectos clínicos, terapêuticos, psicossociais e o papel dos profissionais de saúde no manejo da síndrome. Os trabalhos destacam a importância de uma abordagem interdisciplinar, do diagnóstico precoce e da adoção de hábitos de vida saudáveis, além de evidenciarem a necessidade de cuidado humanizado e contínuo.

**Quadro 1** – Principais desafios e estratégias de tratamento identificadas em estudos sobre a Síndrome dos Ovários Policísticos

ID	Autor/Ano	Título	Objetivo	Principais Achados
1	Alves et al., 2022	Síndrome de ovários policísticos (SOP), fisiopatologia e tratamento, uma revisão	Analizar a fisiopatologia da SOP e as principais opções terapêuticas disponíveis.	Destaca a complexidade hormonal da SOP e a importância do tratamento individualizado. Aponta a necessidade de intervenções precoces e combinadas (medicação + estilo de vida).
2	Andrade et al., 2022	Abordagem terapêutica da Síndrome dos Ovários Policísticos: uma revisão narrativa	Revisar as principais abordagens terapêuticas utilizadas no manejo da SOP.	Evidencia a necessidade de tratamento multidisciplinar. Mostra que terapias farmacológicas e não farmacológicas devem ser integradas para melhores resultados.
3	Campos; Leão; Souza, 2021	O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos	Identificar os benefícios de mudanças de hábitos para mulheres com SOP.	Demonstra que dieta equilibrada e atividade física regular reduzem o hiperandrogenismo e melhoram a ovulação. Ressalta a adesão como desafio.
4	Medeiros et al., 2023	Abordagem diagnóstico e tratamento da síndrome dos ovários policísticos	Descrever métodos diagnósticos e terapias mais eficazes.	Mostra que o diagnóstico precoce é fundamental para evitar complicações metabólicas. Reforça o uso de anticoncepcionais combinados e acompanhamento contínuo.
5	Mendonça; Viana;	Aspectos clínicos da síndrome dos ovários	Avaliar o papel do enfermeiro no	Aponta o acolhimento, educação em saúde e o vínculo

ID	Autor/Ano	Título	Objetivo	Principais Achados
	Rodrigues, 2023	policísticos: atuação da enfermagem na atenção primária	cuidado às mulheres com SOP na Atenção Primária.	terapêutico como pilares para adesão e sucesso do tratamento.
6	Pena et al., 2022	Uma análise sobre as características da síndrome dos ovários policísticos: uma revisão de literatura	Compreender as características clínicas e fisiopatológicas da SOP.	Destaca a multifatoriedade da síndrome e as dificuldades diagnósticas. Sugere o acompanhamento interdisciplinar e diagnóstico precoce.
7	Rohden; Corrêa, 2024	Nas fronteiras entre saúde, beleza e aprimoramento: uma análise sobre a Síndrome dos Ovários Policísticos	Discussir os impactos sociais e emocionais da SOP.	Mostra como padrões estéticos e estigmas afetam o bem-estar das mulheres com SOP. Defende a humanização e integração da saúde mental ao tratamento.

Fonte: autores, 2025.

#### 4 DISCUSSÃO

Os principais desafios enfrentados por mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) estão profundamente relacionados à complexidade anatômica e funcional dos ovários, estruturas localizadas lateralmente ao útero e responsáveis pela síntese de hormônios androgênicos e pela liberação de óvulos. Quando ocorre o desequilíbrio desses processos, como na SOP, há prejuízo na ovulação e na produção hormonal, o que impacta diretamente a saúde reprodutiva e metabólica dessas mulheres, exigindo estratégias terapêuticas individualizadas (Mendonça; Viana; Rodrigues, 2023).

A síndrome dos ovários policísticos é definida pela presença de múltiplos folículos imaturos, aumento do volume ovariano e estroma espessado, características que dificultam a ovulação e estão associadas a um dos maiores desafios da condição: o diagnóstico preciso e precoce. Isso ocorre porque, mesmo quando apenas um ovário apresenta aspecto policístico, os

sinais clínicos já podem ser suficientes para confirmar o quadro, desde que as manifestações clínicas e hormonais estejam presentes (Alves et al., 2020).

Outro desafio significativo diz respeito à origem multifatorial da SOP, que envolve anovulação persistente, produção excessiva de androgênios e falhas no eixo hipotálamo-hipófise-ovário. Essa disfunção, que afeta cerca de 20% das mulheres entre 17 e 39 anos, é agravada por influências genéticas e ambientais, o que exige estratégias de tratamento que considerem não apenas o controle hormonal, mas também o estilo de vida e o contexto social da paciente (Bessa et al., 2022).

O excesso de androgênios leva à ausência de ovulação, retenção de folículos imaturos e sintomas como irregularidade menstrual, infertilidade, acne, alopecia, hirsutismo e ganho de peso — fatores que representam grandes desafios físicos e emocionais para as mulheres com SOP. O manejo clínico deve, portanto, buscar reduzir os efeitos desses hormônios e restaurar o equilíbrio metabólico e reprodutivo (Pereira et al., 2021).

O diagnóstico também é dificultado pelas variações clínicas ao longo da vida. Na adolescência, por exemplo, a imaturidade do eixo hormonal pode confundir o diagnóstico, exigindo a presença dos três critérios de Rotterdam e a comprovação de anovulação persistente por dois anos após a menarca (Medeiros et al., 2023). Já na menopausa, a redução natural dos androgênios mascara os sintomas e dificulta a identificação da síndrome, que costuma ser reconhecida com base na história clínica anterior (Pena et al., 2022).

Além disso, o diagnóstico tardio é um dos maiores obstáculos enfrentados, pois o atraso no tratamento agrava complicações metabólicas e psicológicas. A SOP está associada à resistência à insulina, obesidade, diabetes tipo 2, inflamação crônica, depressão e ansiedade, o que reforça a necessidade de estratégias integradas de cuidado que contemplam tanto o controle hormonal quanto o suporte emocional e nutricional (Alves et al., 2022).

O diagnóstico clínico exige a presença de dois dos três critérios principais anovulação, hiperandrogenismo e morfologia policística, mas, por não haver exame específico, o tratamento deve ser adaptado à individualidade de cada mulher. A resistência à insulina e a obesidade, frequentemente associadas, aumentam a complexidade do tratamento e exigem abordagem interdisciplinar (Pena et al., 2022).

Melhorar o tratamento da SOP requer, portanto, uma visão ampliada que considere aspectos reprodutivos, metabólicos e psicossociais. A educação em saúde e o apoio emocional são fundamentais para estimular o autocuidado, o controle do peso e a adesão ao tratamento. O

reconhecimento precoce de sintomas psicológicos e o acompanhamento por profissionais capacitados são medidas essenciais para melhorar a qualidade de vida das pacientes (Andrade et al., 2022).

O manejo terapêutico deve começar com mudanças no estilo de vida e pode incluir o uso de medicamentos, priorizando sempre a compreensão da paciente sobre os benefícios e riscos de cada intervenção. O principal objetivo é reduzir os efeitos do hiperandrogenismo e restabelecer o equilíbrio hormonal, promovendo o bem-estar e a autonomia da mulher no processo terapêutico (Cavalcante et al., 2021).

Os anticoncepcionais hormonais combinados são considerados tratamento de primeira linha para regular os ciclos menstruais e reduzir os níveis de testosterona. As combinações com baixas doses são preferidas, pois o estrogênio atua reduzindo o LH e, consequentemente, os androgênios, enquanto a progesterona evita o espessamento do endométrio, prevenindo complicações e atuando na proteção uterina (Campos; Leão; Souza, 2021; Medeiros et al., 2023).

Entretanto, os desafios da SOP não se limitam ao campo físico: há impactos diretos na autoestima e na percepção corporal, o que compromete a saúde mental e social. Por isso, é fundamental integrar profissionais da psicologia e assistência social às estratégias terapêuticas, garantindo um cuidado integral e humanizado (Xavier; Freitas, 2021).

8462

Mudanças no estilo de vida são pilares fundamentais do tratamento. Abandonar o tabagismo, manter uma alimentação equilibrada e praticar atividades físicas regulares são medidas comprovadamente eficazes para melhorar a ovulação e reduzir os desequilíbrios hormonais. O acompanhamento multiprofissional com médico, enfermeiro, nutricionista e educador físico aumenta significativamente o sucesso terapêutico e o controle das comorbidades associadas (Rohden; Correa, 2024).

A prática regular de exercícios aeróbicos e resistidos, associada a uma alimentação saudável, é uma das estratégias mais eficazes para reduzir os efeitos metabólicos da SOP. Não há dieta única recomendada; o essencial é que a paciente adote hábitos alimentares sustentáveis e adaptados às suas preferências, garantindo adesão e evitando recaídas (Mendonça; Viana; Rodrigues, 2023).

Na Atenção Básica (AB), que é a porta de entrada para o SUS, o desafio está em garantir acessibilidade, continuidade do cuidado e integralidade. É nesse nível que se podem identificar precocemente os sinais da SOP, prevenir complicações e oferecer suporte contínuo, alinhado aos princípios de equidade e promoção da saúde (Pereira et al., 2021).

Dentro da AB, o enfermeiro desempenha papel fundamental ao acompanhar mulheres com SOP, oferecendo acolhimento, educação em saúde e monitoramento constante. O fortalecimento do vínculo entre profissional e paciente permite identificar dificuldades no tratamento e ajustar as condutas conforme as necessidades individuais (Andrade et al., 2022).

O cuidado humanizado e centrado na paciente é essencial para superar os desafios emocionais e físicos impostos pela SOP. A enfermagem, pautada na escuta ativa e no acolhimento, deve promover intervenções que integrem aspectos técnicos e subjetivos, contribuindo para um atendimento mais empático e resolutivo (Xavier; Freitas, 2021; Campos; Leão; Souza, 2021).

Por fim, o tratamento eficaz das mulheres com SOP depende da atuação de uma equipe multiprofissional, composta por ginecologistas, enfermeiros, nutricionistas, psicólogos e educadores físicos, que atuam de forma coordenada para garantir o bem-estar integral da paciente. A integração entre os diferentes profissionais de saúde é, portanto, a principal estratégia para superar os desafios dessa síndrome complexa e multifatorial (Pena et al., 2022).

## 5 CONCLUSÃO

Esse estudo revelou que mulheres com Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) 8463 enfrentam desafios multifacetados nos âmbitos fisiológico, metabólico, reprodutivo e psicossocial, sendo o diagnóstico precoce e preciso um dos principais entraves. Os resultados apontam que o manejo eficaz da condição requer uma abordagem interdisciplinar, que integre terapias farmacológicas, mudanças no estilo de vida, apoio psicológico, orientação nutricional e ações educativas em saúde. Destaca-se, nesse contexto, o papel fundamental da enfermagem na atenção primária, especialmente na construção de vínculos terapêuticos com as pacientes. Portanto, que estratégias personalizadas, integradas e humanizadas são indispensáveis para promover maior adesão ao tratamento, bem-estar e qualidade de vida dessas mulheres.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Mariana Luiza Schreiner et al. Síndrome de ovários policísticos (SOP), fisiopatologia e tratamento, uma revisão. *Research, Society and Development*, v. II, n. 9, p. e25111932469-e25111932469, 2022.

ANDRADE, Thiago Ferrante Rebello et al. Abordagem terapêutica da Síndrome dos Ovários Policísticos: uma revisão narrativa. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, v. 6, p. e10093-e10093, 2022.

BESSA, Paula Romana et al. Manejo da Síndrome do Ovário Policístico (SOP) em Adolescentes. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 15, p. e208111537118-e208111537118, 2022.

CAMPOS, Alessandra Espíndola; LEÃO, Maria Eduarda Bellotti; DE SOUZA, Mirla Albuquerque. 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-e4354, 2021.

CAVALCANTE, Igor et al. Síndrome dos ovários policísticos: aspectos clínicos e impactos na saúde da mulher. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 2, 2021.

MEDEIROS, Anna Júlia Godoy et al. Abordagem do diagnóstico e tratamento da síndrome dos ovários policísticos. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 23, n. 8, p. e13503-e13503, 2023.

MENDONÇA, Gabriely Bandeira; VIANA, Mikaelly Coelho; DE MOURA RODRIGUES, Gabriela Meira. Aspectos clínicos da síndrome dos ovários policísticos: atuação da enfermagem na atenção primária. *Revista Liberum accessum*, v. 15, n. 2, p. 140-158, 2023.

PENA, Victor et al. Uma análise sobre as características da síndrome dos ovários policísticos: uma revisão de literatura. *Revista Eletrônica Acervo Médico*, v. 4, p. e9996-e9996, 2022.

PEREIRA, Ana Elise de Souza Barros et al. Tratamento para mulheres inférteis com Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP). *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 13, n. 5, p. e6984-e6984, 2021.

ROHDEN, Fabíola; CORRÊA, Amandha Sanguiné. Nas fronteiras entre saúde, beleza e aprimoramento: uma análise sobre a Síndrome dos Ovários Policísticos. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 29, p. e05122023, 2024. — 8464

XAVIER, Elen Chaves; DE OLIVEIRA FREITAS, Francisca Marta Nascimento. Manejo dietético e suplementar na fisiopatologia da síndrome dos ovários policísticos. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 15, p. e237101522975-e237101522975, 2021.