

ACOMPANHAMENTO NUTRICIONAL DE UMA PACIENTE COM SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS: RELATO DE CASO

Crislane Jesus Gorveia Santos¹; Maiara Silva Assunção²; Iorrana Índira dos Anjos Ribeiro³; Verônica Nogueira Jesus Santos⁴; Beatriz Barbosa de Souza de Jesus⁵

¹Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, crislanegorveia@gmail.com; ²Graduada em Nutrição (FAMAM), FAMAM, nutrimaiaraassuncao@hotmail.com; ³Doutora em Processos Interativos dos Órgãos e Sistemas (UFBA), FAMAM, indiraanjos@gmail.com; ⁴Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, velnjs.linda@gmail.com; ⁵Graduanda em Nutrição (FAMAM), FAMAM, beatrizbarbosanutri@gmail.com.

A Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) é uma doença endócrino-ginecológico que tem como características básicas anovulação crônica e hiperandrogenismo, que acomete de 5% a 10% das mulheres em idade reprodutiva. As principais manifestações da SOP envolvem os seguintes sintomas: irregularidade menstrual, infertilidade, acne, alopecia, hirsutismo, obesidade e acantose *nigricans*, tais sintomas manifestam-se de forma múltipla, tendo diferenças significativas na sua predominância e intensidade, interferindo e comprometendo a qualidade de vida dessas mulheres. Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo descrever o caso de uma paciente com SOP atendida em um Ambulatório Escola do Recôncavo da Bahia. A consulta para coleta de dados necessários para definir a conduta nutricional adequada à paciente foi realizada de forma online em agosto de 2021. Foram avaliados história patológica familiar, dados clínicos, condições e hábitos de vida, exame físico, dados antropométricos (66,3kg; 1,62m; IMC: 25,30kg/m²) e inquérito alimentar, posteriormente, entregue o plano alimentar calculado conforme recomendações específicas para paciente (hipocalórico, hiperprotéico, normoglicídico, normolipídico). O tratamento dietoterápico é essencial em pacientes com síndrome dos ovários policísticos, a perda de peso e a oferta adequada de micronutrientes como o cálcio, zinco, vitamina D e ômega-3, além da ingestão de fibras dentro das recomendações, são fatores determinantes para melhora dos sinais e sintomas da patologia, assim foi prescrito e agendado o retorno após 30 dias. Na consulta de retorno a paciente relata que não houve dificuldade na adesão do plano alimentar, apresentando perda ponderal de 6kg, adequação do IMC para 23,20 kg/m² (eutrofia) e melhora significativa no quadro clínico da SOP de acordo a avaliação médica. Portanto, observou-se que a partir da elaboração dietoterápica adequada, empenho e disciplina da mesma, alcançou resultados positivos e evolução no estado nutricional e clínico, melhorando assim a qualidade de vida da paciente.

Palavras chave: Nutrição. SOP. Mulheres. Alimentação.