



## DIETOTERAPIA NA SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS (SOP)

*Sara Dainez Brito<sup>1</sup>, Silvia Moro Conque Spinelli<sup>2</sup>*

<sup>1</sup>Acadêmica do Curso de Nutrição, Universidade Cesumar - UNICESUMAR, Campus Curitiba-PR. Bolsista PIBIC<sup>8</sup>/ICETI-UniCesumar. sara.dainezb@gmail.com

<sup>2</sup>Orientadora, Docente do Curso de Nutrição, UNICESUMAR. silvia.spinelli@unicesumar.edu.br

### RESUMO

Esta pesquisa tem como objetivo verificar de que modo o método da dietoterapia pode auxiliar no tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP). Sendo essa, uma endocrinopatia comum que atinge em torno de 20% das mulheres em idade reprodutiva, doença essa que gera inúmeras alterações no organismo. Teoricamente, uma dieta com baixo índice de glicemia, rica em proteínas e consumo moderado de carboidratos pode beneficiar no tratamento de seus sintomas, como a diminuição da insulina e redução de peso, além de contribuir na prevenção de possíveis patologias crônicas. À vista disso, a presente pesquisa se trata de uma revisão narrativa da literatura a partir de publicações verossímeis para a discussão e desenvolvimento da temática, perante a perspectiva teórica e contextual. A qual possui como finalidade aprofundar conceitos nutricionais para intervenção do caso clínico, de modo que atue e auxilie no tratamento, prevenção e melhora da qualidade de vida de mulheres portadoras da SOP, e dessa maneira identificar as melhores estratégias alimentares a serem utilizadas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Manejo dietético; Qualidade de vida; SOP.