

Tudo o que você precisa saber sobre a

SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS (SOP)



DR. CARLOS
PORTOCARRERO

ÍNDICE

3 } Introdução

4 } O que é a Síndrome dos Ovários Policísticos?

6 } Genética e hereditariedade são fatores de risco

8 } Sintomas da SOP: o que observar?

10 } Como é feito o diagnóstico?

12 } Tratamentos para a Síndrome dos Ovários Policísticos

15 } Prevenção da SOP: o que você pode fazer?

17 } Conheça o Dr. Carlos Portocarrero

INTRODUÇÃO

A fertilidade feminina é influenciada por diversos fatores, incluindo questões hormonais e a saúde de seu sistema reprodutor. Órgãos como o útero, as tubas e os ovários devem estar em condições adequadas para que a mulher consiga engravidar.

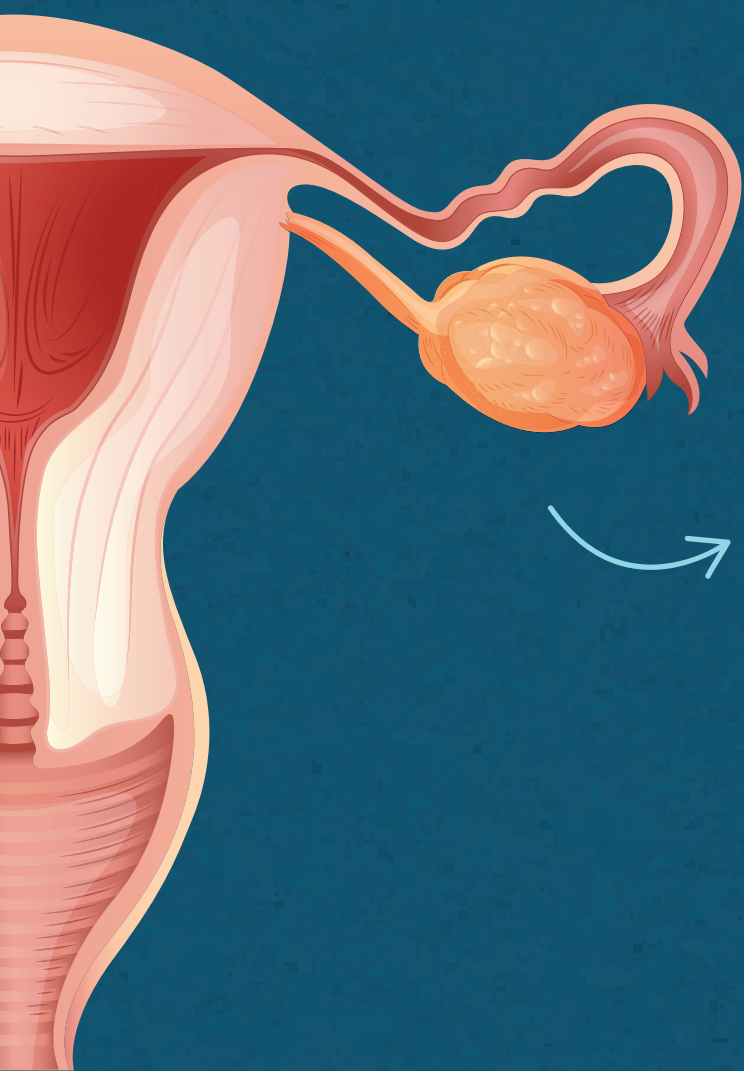
Quando há algum problema relacionado aos ovários, como a Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP), diversos processos podem ser afetados, como a ovulação, a produção hormonal e a reserva ovariana.

Com o objetivo de informar e, especialmente, prevenir o surgimento da doença, este e-book esclarece sobre as causas, sintomas e tratamentos para a SOP, evidenciando também a importância de se realizar consultas e exames clínicos de rotina com um médico ginecologista.

Boa leitura!

Dr. Carlos Portocarrero
Ginecologia e Obstetrícia

O QUE É A SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS?



Afetando mulheres em idade reprodutiva, a Síndrome dos Ovários Policísticos (SOP) é uma doença endócrino-metabólica-reprodutiva, ocasionada por alterações hormonais que ocorrem no organismo e causam diversos sintomas como ovários policísticos, hirsutismo, acne, obesidade, menstruações irregulares, anovulação e infertilidade. Afeta 5 a 10% das mulheres.

No mundo, de acordo com dados recentes, cerca de 100 milhões de mulheres possuem a doença. No Brasil, embora os números sejam menores, ainda são alarmantes: mais de 2,5 milhões de mulheres sofrem com a SOP.





A doença representa mais de 75% dos casos de infertilidade por causa ovulatória, sendo a causa mais frequente de disfunção da ovulação, levando desde a ausência de menstruação a ciclos menstruais irregulares.

Isso ocorre pois são formados vários folículos que ficam “acumulados” e não liberam os óvulos, prejudicando o ciclo feminino natural. Em um processo normal, é esperado o crescimento de um único folículo no ovário até ocorrer a ovulação. Existem vários hormônios que participam destas alterações, como LH, FSH, estradiol, inibina, mas os principais são os hormônios masculinos (androgênios).

GENÉTICA E HEREDITARIEDADE SÃO FATORES DE RISCO



O sistema endócrino é uma rede de glândulas produtoras de hormônios que regulam funções reprodutivas do corpo, e a SOP pode ser causada por falhas em seu funcionamento.

No entanto, ainda não se sabe ao certo o que causa a doença, pois isso varia de pessoa para pessoa. Desse modo, diversos fatores podem influenciar no seu desenvolvimento, inclusive a genética.

Pesquisas apontam que a SOP possui caráter hereditário, ou seja, filhas e irmãs de mulheres com a doença têm mais chances de desenvolvê-la.

Fatores de risco associados à SOP:

- Excesso de insulina;
- Resistência à insulina;
- Obesidade;
- Histórico familiar;
- Baixo peso ao nascer;
- Puberdade precoce.



SINTOMAS DA SOP: O QUE OBSERVAR?



Como visto acima, os sintomas e gravidade da doença podem variar de acordo com cada caso. Abaixo, saiba quais são os principais **sinais de alerta**:

- Atrasos na menstruação;
- Aumento de pelos no rosto, seios e abdômen;
- Obesidade;
- Problemas de pele: acne, pele oleosa e manchas escuras na nuca;
- Dificuldade para emagrecer;
- Pequenos cistos nos ovários identificados em ultrassonografia (entre 2 a 9mm e \geq 20 folículos em cada ovário).

Geralmente, os sintomas da doença iniciam após a menarca, isto é, a primeira menstruação. Por isso, muitas adolescentes tendem a acreditar que se tratam de sintomas comuns, quando, na verdade, não são.

É importante ressaltar que, em casos mais graves, a SOP pode ser um **fator de risco** para a infertilidade e câncer do endométrio. Por isso, é fundamental procurar um ginecologista assim que identificar ao menos dois dos sintomas listados acima.



COMO É FEITO O DIAGNÓSTICO?

Para que o diagnóstico da SOP seja comprovado, é necessário que a paciente realize uma série de exames, como o ultrassom ginecológico para verificação do volume e da textura dos ovários, além da presença de cistos, e exames laboratoriais para avaliação hormonal e metabólica.

Além disso, o diagnóstico é feito por meio do histórico da paciente, como a presença de menstruação irregular, obesidade, infertilidade, acne e outros sintomas característicos da doença.

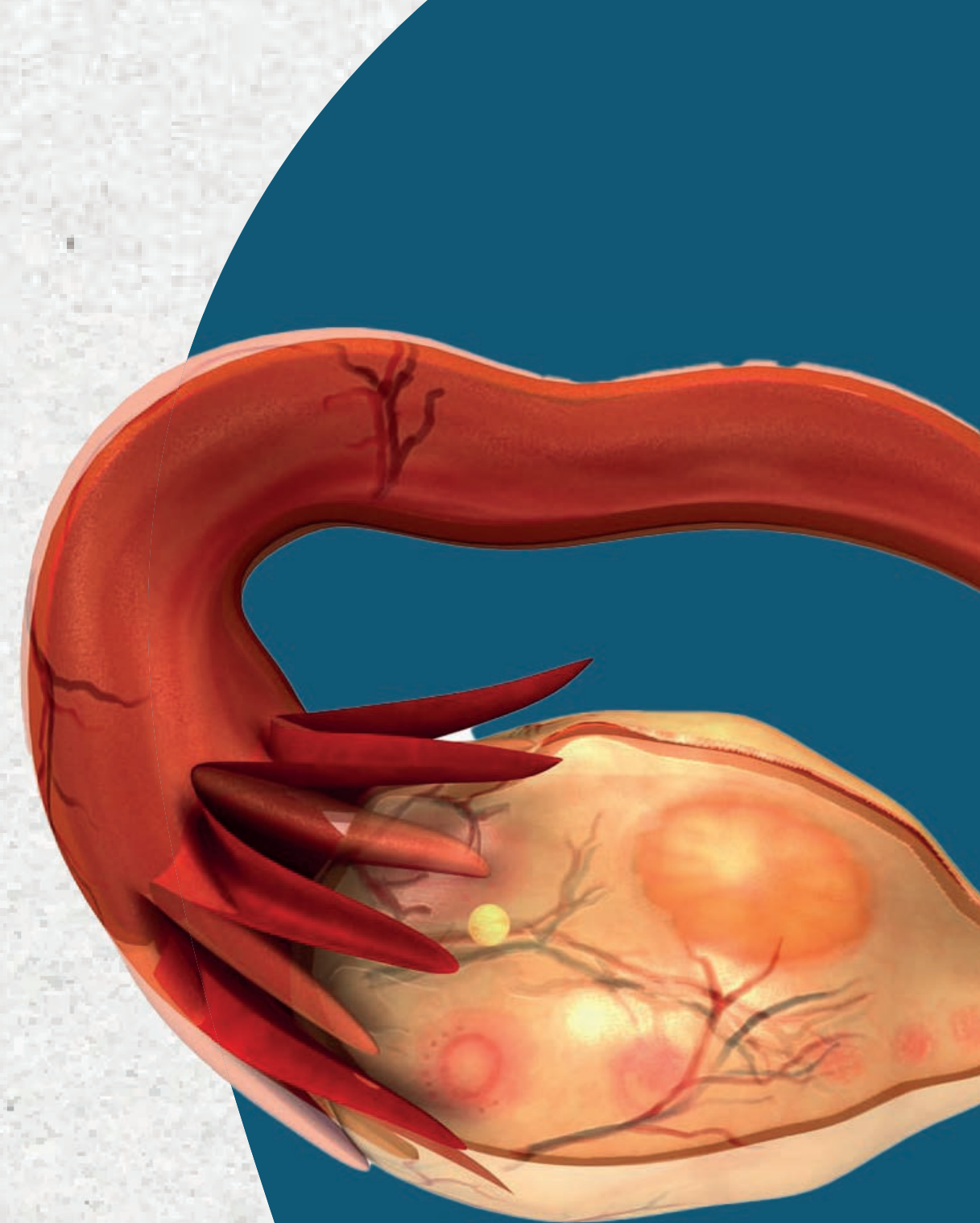


Consenso de Rotterdam

O Consenso de Rotterdam foi criado em 2003 e, desde então, é o critério mais utilizado no diagnóstico da SOP quando dois dos três itens abaixo são preenchidos:

- Alterações no ciclo menstrual e/ou sinais de anovulação;
- Verificação de ovários com característica micropolicística ao ultrassom (> ou = 20 folículos de 2-9 mm em cada ovário), não precisa ser bilateral.
- Aumento do hormônio masculino percebido em exames laboratoriais e/ou outros sinais e sintomas.

É importante ressaltar que algumas doenças possuem sintomas semelhantes, como alterações da tireoide, aumento da prolactina e Síndrome de Cushing. Por isso, é importante que o diagnóstico da SOP seja feito com cautela e de forma detalhada, afastando as outras causas de alteração da menstruação. Nas adolescentes, os três critérios devem estar presentes.



A smiling woman with dark hair, wearing a white top, is holding a small white pill in her right hand and a glass of water in her left hand. The background is a solid blue color with a white circular graphic element on the left side.

TRATAMENTOS PARA A SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS

Embora seja uma doença complexa, existem diferentes possibilidades de tratamento para a SOP, como mudanças de hábitos, diminuição do peso, uso de metformina nas que tem resistência a insulina e, em alguns casos, o uso de anticoncepcionais, este sendo indicado para regular o ciclo menstrual e/ou controlar as manifestações androgênicas sobre a pele. A indicação é feita de acordo com cada caso, com as características da paciente e o desejo de reprodução.

No caso de mulheres que estão tentando engravidar, a indução da ovulação é indicada, sendo possível realizar três técnicas: a relação sexual programada (RSP), a inseminação artificial (IA) e a fertilização in vitro (FIV). Além disso, procedimentos complementares fazem parte do processo quando necessário, como estimular perda de peso e uso de metformina, pois 40% das pacientes com diagnóstico de SOP têm resistência à insulina. Sempre verificar o espermograma e a permeabilidade das trompas antes de partir para o tratamento.



Tratamento medicamentoso

Os tratamentos devem ser escolhidos de acordo com o perfil e a prioridade da paciente. Nas mulheres que possuem resistência à insulina, por exemplo, é utilizado o medicamento Metformina. Isso porque em algumas doenças, como a SOP, existe um defeito receptor da insulina, levando a um aumento da produção de insulina, a insulina atua no ovário levando ao aumento dos androgênios.

Em casos de ausência de ovulação, o medicamento Letrozol é indicado para indução da mesma, ou seja, promove o crescimento folicular, ovulação e não interfere na espessura endometrial. O Clomifeno também é indicado para a mesma situação, em alguns casos dificulta o crescimento endometrial, diminuindo as

chances de implantação. Por tal motivo, atualmente se prefere o uso do Letrozol.

Nos casos em que a medicação oral não funciona, são utilizados os medicamentos injetáveis, como as Gonadotrofinas, que contêm hormônio folículo estimulante (FSH) sozinho ou combinado com hormônio luteinizante (LH).

Em situações muito especiais pode ser usado a cauterização de um dos ovários por laparoscopia, se realizam pontos com energia monopolar na face interna de um dos ovários, diminuindo transitoriamente a produção de inibina, estradiol, permitindo muitas vezes ciclos ovulatórios, tendo assim chances de gravidez.

PREVENÇÃO DA SOP: O QUE VOCÊ PODE FAZER?

Embora seja uma doença crônica, existem diversas opções que ajudam a minimizar os sintomas da SOP e prevenir possíveis complicações no futuro. Abaixo, conheça algumas das opções:

★ **Alimente-se de forma saudável**

Inclua alimentos saudáveis em sua dieta, como frutas, verduras e carnes magras. Além disso, você deve diminuir o consumo de açúcar, sal, café e álcool.





☀ **Saia do sedentarismo**

Atividades físicas são sempre válidas para uma vida saudável. Por isso, diariamente, realize exercícios que contemplem o corpo todo. Além de ajudar a prevenir a SOP, também previnem o surgimento de diversas outras doenças.

☀ **Realize o check-up ginecológico anualmente**

Acompanhamento ginecológico é essencial para diagnosticar possíveis doenças de forma precoce e prevenir problemas como infertilidade e outras alterações no organismo feminino.

Para saber mais sobre a SOP,

Clique Aqui

Leia o artigo:

Acessar PDF

CONHEÇA O DR. CARLOS PORTOCARRERO

Nascido na cidade de Rioja, região amazônica do Peru, o Dr. Carlos Portocarrero cursou Medicina em Lima, na Universidade Nacional Mayor de San Marcos, uma das mais importantes do país. Já no Brasil, fez residência no Hospital Regional do Gama durante os anos 1996 e 1997. Posteriormente, o Dr. Portocarrero realizou estágio em reprodução humana e videoendoscopia na clínica Genesis, em 2000.

Desde 2001, atua na área pública como ginecologista da Secretaria de Saúde no pronto-socorro do Hospital Regional do Gama e como preceptor da residência e ambulatório de reprodução humana e cirurgias por endoscopia ginecológica. Em 2006, fez pós-graduação no

Instituto Valenciano de Infertilidade (IVI), primeira instituição médica na Espanha dedicada integralmente à reprodução assistida e atualmente uma referência mundial.

Teve a honra de presidir a Sociedade de Ginecologia Obstetrícia de Brasília (SGOB) no biênio 2014 e 2015. Em 2016, o Dr. Portocarrero, junto com um grupo de amigos, fundou a BONVENA – Medicina Reprodutiva e Centro de Referência em Endometriose.

Além disso, é professor de Ginecologia do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos (UNICEPLAC).

Agende sua consulta





Edifício Vitrium Centro Médico
Inteligente SGAS 614, Lote 99,
Sala 179 - Asa Sul, Brasília - DF



(61) 99871-5720



DrCarlosPortocarrero



@carlosportocarrero_



carlosportocarrero.com.br

Dr. Carlos Portocarrero
CRM-DF: 9567 | RQE: 12695
Ginecologia e Obstetrícia

