



# SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS (SOP)

A SOP é um distúrbio hormonal comum que afeta mulheres em idade reprodutiva. Muitos diagnósticos são feitos de forma equivocada, confundindo com outras patologias. É necessária uma análise cuidadosa do especialista.

## Caracteriza-se por:

- Menstruações irregulares ou ausentes;
- Excesso de hormônios androgênicos (masculinos);
- Presença de múltiplos pequenos cistos nos ovários (em imagem de ultrassom), que em verdade representam folículos em diferentes fases de evolução;
- Afeta cerca de **1 em cada 10 mulheres** em idade fértil;
- É uma das principais causas de irregularidade menstrual, comumente associada a alterações na ovulação, podendo ser uma causa de infertilidade feminina;
- Entendemos atualmente que alterações metabólicas influenciam diretamente na função ovariana adequada.

## Sintomas comuns:

- Irregularidade menstrual ou ausência de ovulação;
- Acne, pele oleosa e queda de cabelo;
- Aumento de pelos (hirsutismo) em face, peito ou abdômen;
- Ganho de peso e dificuldade para emagrecer;
- Dificuldades reprodutivas.

## Diagnóstico:

Feito com base em **critérios de Rotterdam** (2 dos 3 a seguir):

1. Irregularidade menstrual ou anovulação;
2. Hiperandrogenismo clínico ou laboratorial;
3. Ovários policísticos ao ultrassom.

## Tratamento:

- **Mudança de estilo de vida:** perda de peso, exercícios e dieta balanceada;
- **Anticoncepcionais hormonais:** regulam ciclo menstrual e reduzem androgênios;
- Cuidado especial em casos com resistência à insulina;
- **Indutores de ovulação:** em mulheres que desejam engravidar.

A SOP é uma condição crônica que **pode ser controlada com acompanhamento médico**. O diagnóstico precoce e a adoção de hábitos saudáveis são fundamentais para prevenir complicações como diabetes tipo 2, hipertensão e infertilidade.