

REVISÃO

Prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em mulheres com síndrome dos ovários policísticos (SOP): Uma revisão de literatura

Prevalence of anxiety disorders and depression in women with polycystic ovary syndrome (PCOS): A literature review

Ana Julia Milholo Robles¹, Raissa Resende Moreira², Daniel Alexander Milholo Robles¹, João Pedro Rocha Morozini³

¹*Centro Universitário (UniSãoCarlos/UniFAMESC), Bom Jesus do Itabapoana, RJ, Brasil*

²*Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC-MG), Belo Horizonte, MG, Brasil*

³*Escola Superior de Ciências da Santa Casa de Misericórdia (EMESCAM), Vitória, ES, Brasil*

Recebido em: 29 de Setembro de 2025; Aceito em: 15 de Outubro de 2025.

Correspondência: Ana Julia Milholo Robles, anajuliamrobles@hotmail.com

Como citar

Robles AJM, Moreira RR, Robles DAM, Morozini JPR. Prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em mulheres com síndrome dos ovários policísticos (SOP): Uma revisão de literatura. Fisioter Bras. 2025;26(5):2625-2636. doi:[10.62827/fb.v26i5.1108](https://doi.org/10.62827/fb.v26i5.1108)

Resumo

Introdução: A síndrome dos ovários policísticos (SOP) é uma condição endócrina comum em mulheres em idade reprodutiva, frequentemente associada a repercussões psicológicas significativas, incluindo transtornos de ansiedade e depressão, comprometimento da autoestima e impacto na qualidade de vida e função sexual. O manejo clínico da SOP requer atenção integrada aos fatores fisiopatológicos, metabólicos e psicossociais que influenciam o bem-estar das pacientes, sendo a fisioterapia uma estratégia complementar promissora para redução de sintomas de ansiedade e depressão, por meio de exercícios físicos supervisionados e técnicas de relaxamento. **Objetivo:** Realizou-se uma revisão bibliográfica para sintetizar evidências sobre a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em mulheres com SOP, identificar mecanismos fisiopatológicos e sociais envolvidos e fornecer recomendações para a prática clínica multidisciplinar, incluindo o papel da fisioterapia na melhoria da saúde mental. **Métodos:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo e analítico, fundamentada em

publicações nacionais e internacionais disponíveis nas bases de dados da *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), *United States National Library of Medicine* (PubMed) e Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Foram incluídos estudos publicados entre 2004 e 2024, abrangendo revisões sistemáticas, metanálises, artigos teóricos e estudos observacionais sobre saúde mental, qualidade de vida e fatores hormonais em mulheres com SOP. **Resultados:** A literatura indica elevada prevalência de sintomas de ansiedade e depressão em mulheres com SOP, frequentemente associados a níveis elevados de andrógenos, resistência insulínica, obesidade e fatores psicossociais como percepção negativa da imagem corporal e infertilidade percebida. Estudos demonstram que esses sintomas impactam negativamente a qualidade de vida, autoestima e função sexual. Intervenções fisioterapêuticas, incluindo exercícios aeróbicos, resistidos, alongamentos e técnicas de relaxamento, mostraram-se eficazes na redução de sintomas ansiosos e depressivos, complementando o acompanhamento psicológico e promovendo bem-estar físico e mental. Abordagens multidisciplinares, que integrem avaliação hormonal, acompanhamento psicológico, suporte social e manejo metabólico e fisioterapia direcionada à saúde mental, mostraram-se eficazes na redução de sintomas psiquiátricos e na melhoria do bem-estar geral das pacientes. **Conclusão:** O manejo da SOP exige abordagem multidimensional, considerando aspectos endócrinos, metabólicos e psicossociais. O rastreamento sistemático de sintomas de ansiedade e depressão, aliado a estratégias de suporte psicológico, intervenções fisioterapêuticas e acompanhamento clínico integrado, é essencial para reduzir o impacto psicológico, melhorar a qualidade de vida e otimizar os desfechos de saúde das mulheres acometidas. Investimentos em protocolos multidisciplinares, capacitação profissional e integração entre ginecologia, endocrinologia e saúde mental são fundamentais para o cuidado efetivo da SOP.

Palavras-chave: Síndrome do Ovário Policístico; Ansiedade; Depressão.

Abstract

Introduction: Polycystic ovary syndrome (PCOS) is a common endocrine condition in women of reproductive age, frequently associated with significant psychological repercussions, including anxiety and depression, impaired self-esteem, and negative impacts on quality of life and sexual function. Clinical management of PCOS requires an integrated approach addressing the pathophysiological, metabolic, and psychosocial factors influencing patient well-being, with physiotherapy emerging as a promising complementary strategy for reducing anxiety and depression symptoms through supervised physical exercise and relaxation techniques.

Objective: This literature review aimed to synthesize evidence on the prevalence of anxiety and depression in women with PCOS, identify the underlying pathophysiological and social mechanisms, and provide recommendations for multidisciplinary clinical practice, including the role of physiotherapy in improving mental health. **Methods:** This is a descriptive and analytical literature review based on national and international publications available in the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Latin American and Caribbean Health Sciences Literature (LILACS), United States National Library of Medicine (PubMed), and Virtual Health Library (BVS) databases. Studies published between 2004 and 2024 were included, encompassing systematic reviews, meta-analyses, theoretical articles, and observational studies on mental health, quality

of life, and hormonal factors in women with PCOS. *Results:* The literature indicates a high prevalence of anxiety and depression symptoms in women with PCOS, often associated with elevated androgen levels, insulin resistance, obesity, and psychosocial factors such as negative body image perception and perceived infertility. These symptoms negatively affect quality of life, self-esteem, and sexual function. Physiotherapeutic interventions, including aerobic and resistance exercises, stretching, and relaxation techniques, have proven effective in reducing anxiety and depressive symptoms, complementing psychological support and promoting both physical and mental well-being. Multidisciplinary approaches integrating hormonal assessment, psychological follow-up, social support, metabolic management, and physiotherapy targeting mental health have shown efficacy in reducing psychiatric symptoms and improving overall patient well-being. *Conclusion:* Management of PCOS requires a multidimensional approach considering endocrine, metabolic, and psychosocial aspects. Systematic screening for anxiety and depression symptoms, combined with psychological support, physiotherapeutic interventions, integrated clinical follow-up, and management of hormonal and metabolic factors, is essential to reduce psychological impact, improve quality of life, and optimize health outcomes in affected women. Investments in multidisciplinary protocols, professional training, and integration between gynecology, endocrinology, and mental health services are fundamental for effective PCOS care.

Keywords: Polycystic Ovary Syndrome; Anxiety; Depression.

Introdução

A síndrome dos ovários policísticos (SOP) é uma das endocrinopatias mais comuns em mulheres em idade reprodutiva, caracterizada por hiperandrogenismo, anovulação crônica e alterações metabólicas, sendo frequentemente associada a repercussões reprodutivas, metabólicas e psicológicas [1]. Além de suas implicações clínicas clássicas, a SOP apresenta impacto relevante na qualidade de vida das pacientes, especialmente em função de sintomas como irregularidade menstrual, infertilidade, hirsutismo, obesidade e acne, que podem comprometer aspectos psicossociais e emocionais [2].

Nos últimos anos, tem se tornado evidente a relação entre a SOP e o desenvolvimento de transtornos mentais, incluindo ansiedade, depressão, baixa autoestima e disfunções no bem-estar social. Esses fatores não apenas ampliam o sofrimento psíquico, mas também influenciam negativamente

a adesão ao tratamento e os desfechos clínicos de longo prazo [3]. Estudos sugerem que tanto os desequilíbrios hormonais, especialmente os níveis elevados de androgênios, quanto fatores socioculturais relacionados à imagem corporal contribuem para esse fenômeno [4].

A literatura aponta ainda que mulheres com SOP apresentam prevalência significativamente maior de sintomas depressivos e ansiosos quando comparadas à população geral, o que reforça a necessidade de uma abordagem terapêutica multiprofissional que contemple aspectos endocrinológicos, ginecológicos e de saúde mental [5]. Tais achados revelam a complexidade da síndrome e a importância de protocolos que integrem o manejo clínico com suporte psicológico e psiquiátrico adequado [6].

Nesse contexto, a fisioterapia respiratória tem se destacado como uma estratégia complementar

no manejo de sintomas de ansiedade e depressão em mulheres com SOP. Técnicas respiratórias específicas, incluindo exercícios de respiração diafragmática, relaxamento guiado e treinamento de controle respiratório, demonstram efeitos positivos na redução da ativação do sistema nervoso simpático, melhora do equilíbrio autonômico e diminuição de respostas fisiológicas ao estresse [7,8]. A implementação desses protocolos pode potencializar os efeitos das intervenções psicológicas e farmacológicas, contribuindo para maior estabilidade emocional e bem-estar geral.

Além disso, a integração da fisioterapia respiratória aos programas multiprofissionais favorece a adesão ao tratamento, o autocuidado e a melhoria da qualidade de vida. Estudos recentes indicam que sessões regulares de exercícios respiratórios podem reduzir sintomas ansiosos, melhorar a capacidade funcional e promover maior percepção

de controle emocional em pacientes com SOP [9]. Dessa forma, a atuação do fisioterapeuta não se restringe ao manejo físico, mas se estende à promoção da saúde mental, reforçando a importância de abordagens integradas e individualizadas no cuidado dessas mulheres [10].

Diante desse cenário, compreender a interface entre a SOP e a saúde mental é essencial para aprimorar estratégias diagnósticas, terapêuticas e de acompanhamento, favorecendo não apenas a redução dos sintomas clínicos, mas também a melhoria global da qualidade de vida das mulheres afetadas. Revisou-se uma revisão bibliográfica para sintetizar evidências sobre a prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em mulheres com SOP, identificar mecanismos fisiopatológicos e sociais envolvidos e fornecer recomendações para a prática clínica multidisciplinar, incluindo o papel da fisioterapia na melhoria da saúde mental.

Métodos

Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo e analítico, fundamentada em publicações nacionais e internacionais disponíveis nas bases SciELO, LILACS, PubMed e Biblioteca Virtual em Saúde. Foram incluídos estudos publicados entre os anos de 2004 e 2024, em consonância com os objetivos deste trabalho.

A questão norteadora foi elaborada segundo o protocolo PICOTT: Quais são as principais repercussões psicológicas associadas à síndrome dos ovários policísticos, considerando sintomas de ansiedade, depressão, autoestima, qualidade de vida e seus mecanismos fisiopatológicos e sociais subjacentes?

As buscas foram realizadas utilizando Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH),

selecionados de acordo com a questão de pesquisa: “*polycystic ovary syndrome*”, “*mental health*”, “*depression*”, “*anxiety*”, “*quality of life*” e “*self-esteem*”. Para a combinação dos termos, empregaram-se os operadores booleanos AND e OR, formando as seguintes estratégias de busca: “*polycystic ovary syndrome*” AND “*depression*”; “*polycystic ovary syndrome*” AND “*anxiety*”; “*polycystic ovary syndrome*” AND “*quality of life*”; “PCOS” AND “*mental health*” OR “*self-esteem*”.

Foram considerados para inclusão: artigos originais, revisões de literatura, diretrizes clínicas, estudos epidemiológicos, capítulos de livros, dissertações e teses que abordassem temáticas relacionadas à saúde mental em mulheres com SOP. Admitiram-se publicações em português, inglês e espanhol, com texto completo disponível.

Foram definidos como critérios de exclusão: estudos que abordassem exclusivamente aspectos metabólicos ou reprodutivos da SOP sem relação com a saúde mental; trabalhos restritos ao contexto masculino; relatos de caso isolados sem discussão ampliada; resumos de congresso sem texto completo; e materiais duplicados entre bases de dados.

A seleção dos estudos ocorreu em três etapas sequenciais: (1) identificação e remoção de duplicatas; (2) leitura dos títulos e resumos; (3) leitura integral dos textos elegíveis. Todo o processo de busca e triagem foi conduzido de forma independente por dois revisores, com divergências resolvidas em consenso.

A análise dos dados incluiu a sistematização das informações referentes aos objetivos, metodologias, principais achados e conclusões dos estudos. Os resultados foram organizados de forma a permitir uma visão crítica das repercussões psicológicas da SOP, bem como sua relação com fatores hormonais, socioculturais e de qualidade de vida.

Diante dos critérios estabelecidos, foram identificados 792 estudos nas bases selecionadas. Após a remoção de 116 duplicatas, restaram 676 artigos para leitura de títulos e resumos. Destes, 638 foram excluídos por não atenderem aos critérios de inclusão. Assim, 38 artigos foram avaliados na íntegra, resultando em 10 estudos incluídos na revisão final, conforme ilustrados na Figura 1.

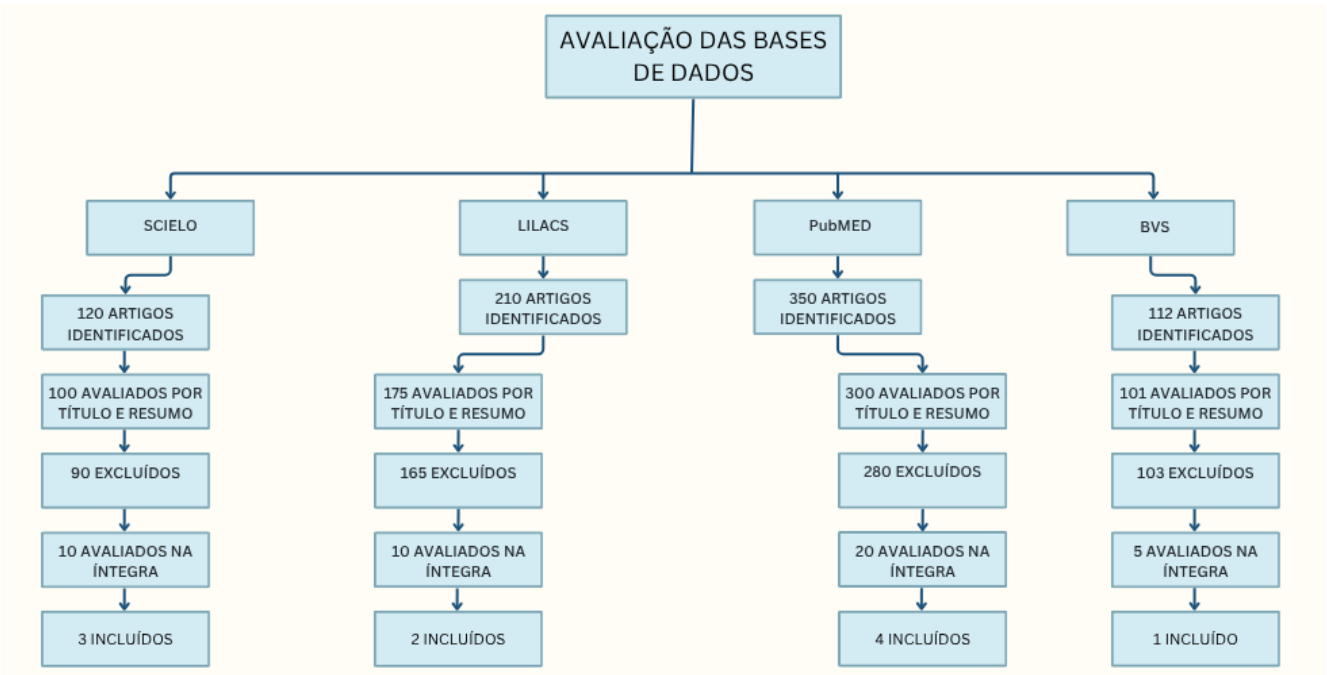


Figura 1 - Fluxograma da busca de artigos selecionados para a revisão

Resultados

O Quadro 1 apresenta os 10 estudos incluídos nesta revisão, abrangendo diferentes delineamentos metodológicos e principais achados relacionados à síndrome dos ovários policísticos

(SOP), saúde mental e exercícios fisioterapêuticos. A tabela resume de forma clara os tipos de estudo, objetivos e o desfecho.

Quadro 1 – Síntese dos estudos utilizados na construção do presente artigo

Autore(s)/Ano	Estudo	Tipo de Estudo	Objetivo	Desfecho
Agnol TL et al., 2024	Síndrome dos ovários policísticos e saúde mental: impacto psicológico e transtornos associados	Revisão bibliográfica	Analisar a relação entre SOP e transtornos psicológicos, incluindo ansiedade e depressão	Concluiu que a SOP aumenta significativamente o risco de alterações emocionais e prejuízo na qualidade de vida
Baracat MC, Rezende GP, 2023	Qualidade de vida e função sexual em mulheres com SOP	Capítulo de livro / Diretriz FEBRASGO	Avaliar impacto da SOP sobre função sexual e qualidade de vida	Evidenciou prejuízos funcionais e sexuais associados à SOP, sugerindo abordagem multidisciplinar
Barry JA et al., 2018	Testosterona e funcionamento psicológico em mulheres com SOP	Estudo de hipótese / teórico	Explorar hipótese do envolvimento da testosterona na saúde psicológica de mulheres com SOP	Sugeriu que níveis elevados de testosterona podem estar relacionados a sintomas psicológicos
Cooney LG et al., 2017	Depressão e ansiedade em SOP: revisão sistemática e meta-análise	Revisão sistemática e meta-análise	Avaliar prevalência de sintomas depressivos e ansiosos em SOP	Demonstrou alta prevalência de depressão e ansiedade em mulheres com SOP
Dawes AJ et al., 2016	Saúde mental em pacientes submetidos à cirurgia bariátrica	Meta-análise	Investigar condições psiquiátricas em pacientes obesos candidatos à cirurgia bariátrica	Identificou elevada prevalência de depressão e ansiedade, sugerindo associação indireta com SOP

Azziz R, 2016	Determinantes da síndrome dos ovários policísticos	Revisão de Literatura	Apresentar determinantes etiológicos da SOP	Ressaltou heterogeneidade clínica e impacto multifatorial da síndrome
Andrade TR, 2011	O exercício físico no tratamento da depressão: uma revisão de literatura	Revisão de Literatura	Revisar a literatura sobre os efeitos do exercício físico no tratamento da depressão.	O exercício físico é eficaz na redução dos sintomas depressivos, sendo recomendado como parte de programas terapêuticos, incluindo a fisioterapia, para pacientes com depressão.
Pulcinelli AJ, Barros JF, 2010	O efeito antidepressivo do exercício físico em indivíduos com transtornos mentais.	Revisão de Literatura	Revisar estudos sobre os efeitos do exercício físico no tratamento de transtornos mentais, com foco na depressão.	O exercício físico, especialmente em intensidades moderadas a altas, demonstrou eficácia no alívio dos sintomas depressivos, sendo uma estratégia complementar válida em programas de fisioterapia para pacientes com transtornos mentais.
Capela C, 2009	Associação da qualidade de vida com dor, ansiedade e depressão	Revisão de Literatura	Avaliar a associação entre qualidade de vida e sintomas de dor, ansiedade e depressão em adultos de 35 a 60 anos.	A presença de dor e sintomas de ansiedade e depressão está negativamente correlacionada à qualidade de vida, sugerindo a importância de intervenções terapêuticas, como a fisioterapia, para melhorar o bem-estar desses indivíduos.

Em relação aos principais achados, verificou-se que mulheres com síndrome dos ovários policísticos apresentam elevada prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, impactando negativamente a qualidade de vida, autoestima e função sexual [1,2,4,8,9]. As revisões e estudos teóricos [1,3,6] evidenciaram que alterações hormonais e metabólicas, como níveis elevados de andrógenos e resistência insulínica, contribuem significativamente para o surgimento de sintomas psicológicos. A literatura indica ainda que fatores clínicos e psicossociais, incluindo obesidade, baixa autoestima e preocupação social, exacerbam os transtornos emocionais e podem comprometer a adesão ao tratamento [7,8,9].

Outro ponto relevante é que estudos de hipótese e teóricos [3] sugerem que níveis elevados de testosterona podem estar associados à disfunção psicológica, reforçando a influência direta dos andrógenos na modulação do humor. Revisões sistemáticas e meta-análises [4,5] demonstraram alta prevalência de depressão e ansiedade em

mulheres com SOP, incluindo associação indireta com fatores metabólicos, como resistência insulínica e obesidade, destacando relevância para estratégias preventivas e terapêuticas.

Os estudos mais recentes [8,9,10] enfatizam que intervenções fisioterapêuticas, incluindo exercícios aeróbicos e resistidos, alongamentos, técnicas respiratórias e práticas de relaxamento, apresentam eficácia na redução de sintomas de ansiedade e depressão. A integração da fisioterapia ao manejo multidisciplinar da SOP potencializa os efeitos de estratégias psicológicas e hormonais, promovendo melhora do bem-estar geral, da autoestima e da qualidade de vida das pacientes.

Dessa forma, a abordagem multidisciplinar, contemplando avaliação psicológica, monitoramento metabólico, suporte emocional e fisioterapia direcionada à saúde mental, é determinante para reduzir impactos na saúde mental e favorecer resultados clínicos e psicossociais mais efetivos em mulheres com SOP [2,4,7,8,9,10].

Discussão

Evidencia-se que as principais repercussões psicológicas associadas à síndrome dos ovários policísticos (SOP) estão relacionadas à alta prevalência de sintomas de ansiedade e depressão, comprometimento da autoestima, alterações na qualidade de vida e impacto negativo na função sexual, sendo influenciadas por fatores fisiopatológicos, como níveis elevados de andrógenos e resistência insulínica, e por fatores sociais, como percepção de imagem corporal e infertilidade percebida. Dessa forma, a análise responde à pergunta PICOTT, demonstrando que o manejo clínico da SOP deve considerar não apenas os aspectos endócrinos e metabólicos, mas também as

dimensões psicológicas e psicossociais, de modo integrado.

Os achados convergem com estudos que destacam a importância de identificar precocemente sintomas depressivos e ansiosos em mulheres com SOP [1,5,8], permitindo intervenções multidisciplinares que integrem acompanhamento psicológico, endócrino e ginecológico [3,6]. Além dos fatores clínicos, o processo de cuidado deve considerar elementos psicossociais, incluindo autoestima, percepção de imagem corporal e impacto nas relações interpessoais e vida sexual [3,10]. Revisões sistemáticas recentes apontam que, quando estratégias multidisciplinares são

aplicadas, há melhora não apenas nos sintomas de humor, mas também na adesão ao tratamento e qualidade de vida [1,8].

Outro ponto que se destaca é a influência de fatores fisiológicos e metabólicos sobre a saúde mental. Estudos indicam que níveis elevados de testosterona e outros andrógenos podem estar associados à disfunção de humor [4,9], enquanto a obesidade e a resistência insulínica atuam como mediadores importantes na expressão de sintomas depressivos e ansiosos [7,6]. Esses achados reforçam a necessidade de abordagens terapêuticas que considerem simultaneamente os aspectos hormonais, metabólicos e psicológicos, promovendo manejo integral e individualizado das pacientes.

Além da dimensão clínica e fisiológica, os achados mostram que a prevalência de transtornos psiquiátricos é consistente entre diferentes populações e desenhos de estudo, evidenciando que a SOP está associada a desfechos psicossociais negativos de forma robusta [5,7,8,10]. Isso sugere que intervenções exclusivamente endócrinas ou ginecológicas podem ser insuficientes, sendo imprescindível a inclusão de estratégias de rastreamento e acompanhamento psicológico estruturado, bem como aconselhamento sobre hábitos de vida, manejo do peso e suporte social.

A fisioterapia, incluindo programas estruturados de exercício físico, surge como uma estratégia complementar valiosa no manejo de sintomas de ansiedade e depressão em mulheres com SOP [8,9]. Revisões indicam que exercícios de intensidade moderada a alta podem modular neurotransmissores relacionados ao humor, reduzir níveis de estresse e promover maior bem-estar, contribuindo para a melhora da autoestima e percepção corporal, aspectos frequentemente comprometidos nessa população [8,9].

Além disso, o acompanhamento fisioterapêutico permite intervenções individualizadas que consideram limitações metabólicas e hormonais da SOP, como resistência insulínica e obesidade, favorecendo o engajamento da paciente e adesão ao tratamento. Estudos demonstram que a prática regular de exercícios físicos, integrada a programas multidisciplinares, melhora não apenas os sintomas depressivos, mas também a qualidade de vida e o funcionamento psicossocial [8,10].

Por fim, a fisioterapia pode atuar de forma preventiva e terapêutica, contribuindo para o manejo de fatores de risco associados à SOP e suas repercussões psicológicas. A implementação de protocolos padronizados de atividade física, aliados ao acompanhamento psicológico e médico, potencializa os efeitos positivos na saúde mental, reforçando a necessidade de estratégias integradas que abordem de forma holística o cuidado de mulheres com SOP [9,10].

Apesar dos avanços observados, persistem limitações importantes, como a heterogeneidade metodológica entre os estudos, diferenças nos instrumentos utilizados para avaliação de ansiedade, depressão e qualidade de vida, além da escassez de dados longitudinais que permitam avaliar desfechos a longo prazo [1,5,8]. Tais fatores dificultam comparações mais amplas e a padronização de protocolos de rastreamento.

No entanto, este estudo apresenta como potencialidade a síntese crítica das evidências atuais, reforçando a necessidade de abordagem multidisciplinar, integração entre ginecologia, endocrinologia e saúde mental, e implementação de instrumentos padronizados de avaliação psicológica para mulheres com SOP. Como perspectiva futura, recomenda-se o desenvolvimento de protocolos de cuidado integrados, que incluam rastreamento sistemático de ansiedade e depressão,

intervenções psicossociais, manejo metabólico e monitoramento da qualidade de vida, visando reduzir o impacto psicológico da SOP e melhorar os desfechos globais de saúde da paciente.

Apesar dos avanços observados, esta revisão apresenta limitações importantes, como a heterogeneidade metodológica entre os estudos incluídos, diferenças nos instrumentos utilizados para avaliação de ansiedade, depressão e qualidade de vida, e escassez de dados longitudinais que permitam acompanhar desfechos a longo prazo. Tais fatores dificultam a padronização de protocolos de rastreamento e a comparabilidade entre populações.

Entre as potencialidades, destaca-se a síntese crítica das evidências atuais, evidenciando a associação robusta entre síndrome dos ovários policísticos e desfechos psicológicos negativos, como sintomas depressivos, ansiosos, baixa autoestima e impacto na função sexual. O estudo reforça a necessidade de abordagens multidisciplinares que integrem ginecologia, endocrinologia e saúde mental, assim como a importância de instrumentos padronizados de avaliação psicológica e protocolos de cuidado integrados.

Conclusão

A síndrome dos ovários policísticos (SOP) apresenta repercussões psicológicas significativas que vão além de suas manifestações clínicas e metabólicas. A alta prevalência de transtornos de ansiedade e depressão, o comprometimento da autoestima e o impacto na qualidade de vida e na função sexual demonstram que o manejo da SOP deve ser entendido como um processo integrado, que inclui avaliação endócrina, acompanhamento psicológico e atenção às dimensões sociais e funcionais das pacientes.

A contribuição para a área reside em fornecer subsídios para a prática clínica, ao evidenciar que o manejo da SOP deve contemplar aspectos hormonais, metabólicos e psicossociais de forma simultânea. Além disso, destaca a relevância de estratégias sistemáticas de rastreamento de sintomas psicológicos, intervenções psicossociais e promoção da qualidade de vida, orientando futuras pesquisas e a implementação de protocolos clínicos mais completos e efetivos.

Apesar dos avanços na compreensão da SOP, persistem lacunas na integração de cuidados multidisciplinares e na implementação de estratégias sistemáticas de rastreamento e intervenção. A prática clínica deve considerar abordagens multidimensionais, incluindo avaliação hormonal, suporte psicológico, manejo metabólico e estratégias para promoção da qualidade de vida.

Investimentos em protocolos de atenção multidisciplinar, capacitação profissional e integração entre ginecologia, endocrinologia e saúde mental são medidas essenciais para reduzir o impacto psicológico da SOP e melhorar os desfechos gerais das mulheres acometidas.

Com isso, a fisioterapia surge como uma intervenção complementar relevante no manejo de pacientes com SOP, especialmente no enfrentamento de sintomas de depressão e ansiedade. Programas de exercícios físicos estruturados, incluindo atividades aeróbicas, de fortalecimento muscular e alongamento, demonstram efeitos positivos sobre o humor, a regulação do estresse e a autoestima, promovendo melhor qualidade de vida. Além disso, a fisioterapia contribui para a melhora da função corporal e do bem-estar geral, podendo potencializar

os efeitos de intervenções psicológicas e médicas, configurando-se como uma abordagem integrada e não farmacológica essencial no cuidado multidisciplinar das mulheres com SOP.

Conflitos de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse.

Fonte de financiamento

Não houve financiamento.

Contribuição dos autores

Concepção e desenho do estudo: Robles AJM, Moreira RR, Robles DAM, Morozini JPR; Análise e interpretação dos dados: Moreira RR, Robles DAM; Redação do manuscrito: Robles AJM, Moreira RR, Robles DAM, Morozini JPR; Revisão do manuscrito quanto ao conteúdo intelectual importante: Morozini JPR, Robles AJM.

Referências

1. Agnol TL, Fernandes RA, Garcia RF, Oliveira LS, Costa JR, Ferreira LG, et al. Síndrome dos ovários policísticos e saúde mental: uma revisão sobre o impacto psicológico e transtornos associados. *Rev Ibero-Am Hum Ciênc Educ* [Internet]. 2024;10(8):3942-50. Available from: <https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/15485/8178>. Accessed 30 Sep 2025.
2. Azziz R. Introduction: Determinants of polycystic ovary syndrome. *Fertil Steril* [Internet]. 2016;106(1):4-5. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27238627/>. Accessed 29 Sep 2025.
3. Baracat MC, Rezende GP. Qualidade de vida e função sexual em mulheres com SOP. In: *Síndrome dos ovários policísticos*. 3a ed. São Paulo: Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO); 2023. p. 46-64. (Série Orientações e Recomendações FEBRASGO nº 1, Comissão Nacional Especializada em Ginecologia Endócrina). Available from: <https://www.febrasgo.org.br/media/k2/attachments/sindrome-.pdf>. Accessed 30 Sep 2025.
4. Barry JA, Qu F, Hardiman PJ. An exploration of the hypothesis that testosterone is implicated in the psychological functioning of women with polycystic ovary syndrome (PCOS). *Med Hypotheses* [Internet]. 2018;110:42-5. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29317066/>. Accessed 30 Sep 2025.
5. Acmaz G, Albayrak E, Acmaz B, Aksoy H, Başer M, Soyak M, et al. Level of anxiety, depression, self-esteem, social anxiety, and quality of life among the women with polycystic ovary syndrome. *ScientificWorldJournal* [Internet]. 2013;2013:851815. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23935436/>. Accessed 30 Sep 2025.
6. Dawes AJ, Maggard-Gibbons M, Maher AR, Booth MJ, Miake-Lye I, Beroes JM, et al. Mental health conditions among patients undergoing bariatric surgery: a meta-analysis. *JAMA* [Internet]. 2016;315(2):150-63. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26757464/>. Accessed 29 Sep 2025.
7. Jokela M, Hamer M, Singh-Manoux A, Batty GD, Kivimäki M. Association of metabolically healthy obesity with depressive symptoms: pooled analysis of eight studies. *Mol Psychiatry* [Internet]. 2014;19(8):910-4. Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4921125/>. Accessed 30 Sep 2025.

8. Capela C, Marques AP, Assumpção A, Sauer JF, Cavalcante AB, Chalot SD. Associação da qualidade de vida com dor, ansiedade e depressão. *Fisioter Pesqui* [Internet]. 2009 [cited 2025 Oct 6];16(3):263–8. Available from: <https://www.scielo.br/j/fp/a/nXBcCnMyfxrtmtY8zDBbCzM/>
9. Pulcinelli AJ, Barros JF. O efeito antidepressivo do exercício físico em indivíduos com transtornos mentais. *Rev Bras Ciênc Mov* [Internet]. 2010 [cited 2025 Oct 6];18(2):116–20. Available from: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/1156>
10. Andrade TR. O exercício físico no tratamento da depressão: uma revisão de literatura. Campinas: Universidade Estadual de Campinas; 2011. [Internet]. 2010 [cited 2025 Oct 6];18(2):116–20. Available from: <https://repositorio.unicamp.br/acervo/detalhe/875614>



Este artigo de acesso aberto é distribuído nos termos da Licença de Atribuição Creative Commons (CC BY 4.0), que permite o uso irrestrito, distribuição e reprodução em qualquer meio, desde que o trabalho original seja devidamente citado.