

# Revista Brasileira de Saúde

ISSN 3085-8089

vol. 1, n. 8, 2025

## ••• ARTIGO 12

Data de Aceite: 28/10/2025

## ASPECTOS PSICOSSOCIAIS E METABÓLICOS EM PACIENTES COM SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS

**Jhenifer Ribeiro da Costa**

Universidade de Vassouras  
Vassouras - Rio de Janeiro  
<http://lattes.cnpq.br/2553140026160423>

**Érica de Almeida Barboza**

Universidade de Vassouras  
Vassouras - Rio de Janeiro  
<https://lattes.cnpq.br/9054255671824828>

**Tainah de Souza Santana**

Universidade de Vassouras  
Vassouras - Rio de Janeiro  
<http://lattes.cnpq.br/1691310278751621>



Todo o conteúdo desta revista está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição 4.0  
Internacional (CC BY 4.0).

**Resumo:** Diante da crescente prevalência da síndrome dos ovários policísticos (SOP), este artigo busca apresentar as dificuldades apresentadas por mulheres com essa afecção, com o objetivo de analisar e reunir as evidências disponíveis em torno do impacto dessa síndrome na saúde mental, metabólica e na qualidade de vida. Exploraremos os principais aspectos da síndrome dos ovários policísticos, incluindo manifestações clínicas, opções de tratamento, fornecendo uma visão abrangente sobre essa condição de saúde feminina. Os resultados dessa pesquisa enfatizam a necessidade de uma abordagem centrada no paciente e colaboração interdisciplinar para garantir cuidados abrangentes e coordenados, promovendo conforto, dignidade e qualidade de vida. Em suma, o presente estudo reforça a importância do exercício físico regular para a saúde mental, demonstrando reduções significativas nos sintomas de ansiedade e depressão. Embora sejam necessárias mais pesquisas para abordar as limitações e aprofundar a compreensão dos mecanismos envolvidos, as evidências atuais apoiam fortemente a inclusão da atividade física em estratégias de promoção da saúde mental.

**Palavras-Chave:** Síndrome dos Ovários Policísticos, Mulheres, Depressão, Saúde Mental, Atividade Física.

## INTRODUÇÃO

A síndrome dos ovários policísticos (SOP) é uma condição endócrina complexa que afeta mulheres em idade reprodutiva, causando sérios danos à fertilidade, à qualidade de vida, à saúde física e mental das pacientes (BAI, Xuechun et al., 2021). Existem vários sintomas relacionados a essa patologia, incluindo irregularidades menstruais, hiperandrogenismo (um excesso de hormônios masculinos) e múltiplos cistos

nos ovários (BENJAMIN, Jiby Jolly et al., 2021). Esta síndrome é uma das causas mais comuns de infertilidade em mulheres, além de estar associada a várias complicações de saúde a longo prazo, como resistência insulínica, obesidade, diabetes tipo 2, doenças cardíacas e disfunção metabólica, podendo inclusive ocasionar problemas na saúde mental, afetando, assim, a qualidade de vida de diversas mulheres (ALLEN, Lowri A., 2022). As portadoras dessa síndrome podem apresentar problemas de imagem corporal devido ao hirsutismo, à obesidade e à acne, que provocam baixa autoestima e distúrbios alimentares. Além disso, a SOP está associada a um aumento do risco de ansiedade, depressão e disfunção sexual (YIN, Xican et al., 2021). A incerteza em relação à infertilidade também pode gerar estresse emocional e afetar relacionamentos interpessoais (LEI, Wenwen et al., 2020). A medicina moderna ainda não tem uma compreensão completa da síndrome dos ovários policísticos, bem como seus mecanismos subjacentes e opções de tratamento. No entanto, a atividade física é uma estratégia de tratamento eficaz para controlar os sintomas e reduzir o risco à saúde a longo prazo (RICHARDS, Cory T. et al., 2021). Outrossim, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e o gerenciamento do estilo de vida melhoraram a qualidade de vida e as cargas psicossociais enfrentadas por essas pacientes (REMPERT, Ashley N. et al., 2023). O objetivo desse artigo consiste em apresentar as dificuldades enfrentadas por portadoras dessa condição clínica, destacando a importância da atividade física e do uso de alguns medicamentos para controle dos sintomas, e salientar o impacto significativo na qualidade de vida social, física, emocional e metabólica dessas mulheres.

## METODOLOGIA

Este artigo é um estudo descritivo executado por meio de uma revisão integrativa da literatura. As bases de dados utilizadas para essa pesquisa foram a National Library of Medicine (PubMed) e o Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (PR-B-VS). A busca pelos artigos foi realizada por meio dos seguintes descritores: “polycystic ovary syndrome” and “mental health” and “metabolism”. As etapas a seguir foram utilizadas para realizar a revisão de literatura: estabelecimento de tema; definição dos parâmetros de elegibilidade; definição dos critérios de inclusão e exclusão; verificação das publicações nas bases de dados; análise das informações encontradas; análise dos artigos selecionados a fim de entender se estão dentro do tema pertinente para esta revisão de literatura ou se seriam eliminados por fugir do tema. Foram incluídos no estudo artigos publicados nos últimos 5 anos (2019-2024), com texto completo e artigos cujos estudos eram do tipo revisão sistemática. Foram excluídos os artigos que não tinham definição clara de embasamento teórico e temático relacionados aos objetivos do estudo, assim como, artigos fora do tema e duplicados.

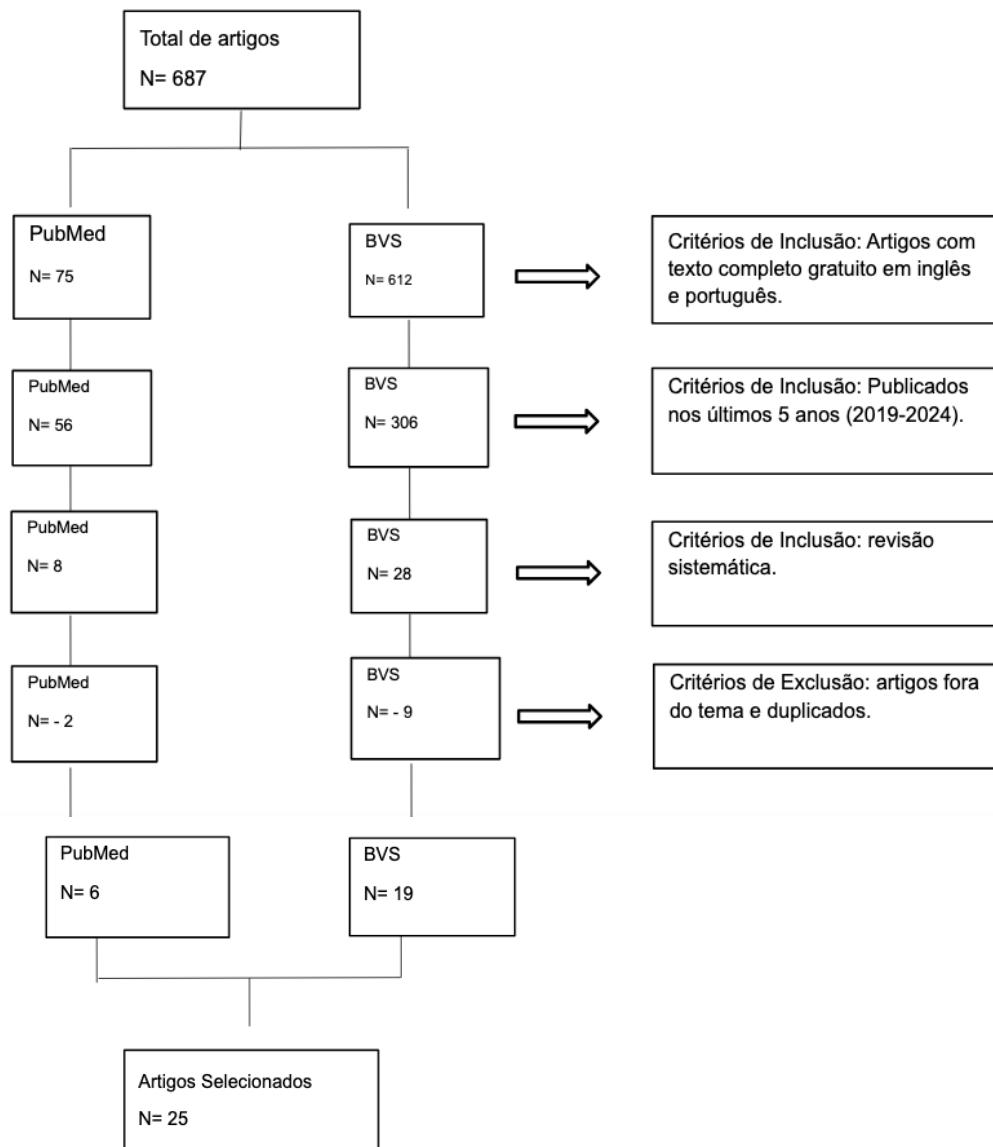
## RESULTADOS

A busca resultou num total de 687 trabalhos. Foram encontrados 75 artigos na base de dados National Library of Medicine (PubMed) e 612 artigos na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão foram selecionados 6 artigos na base de dados PubMed e 19 artigos no BVS, conforme apresentado na Figura 1.

Após a seleção, a revisão integrativa de literatura englobou 25 estudos que se concentraram na importância da avaliação psicológica, da atividade física, das medidas dietéticas, estruturais e metabólicas em pessoas com SOP. Podemos analisar na Tabela 1 todos os estudos selecionados e a apresentação das principais considerações observadas.

## DISCUSSÃO

A síndrome dos ovários policísticos (SOP) é reconhecida como um distúrbio comum em mulheres que pode ocasionar sequelas reprodutivas e sistêmicas. No entanto, sabe-se que os problemas de saúde relacionados não se limitam apenas a essas manifestações familiares, mas também a uma variedade de comorbilidades a longo prazo. Essa condição indica um maior risco de diabetes tipo 2, hipertensão e dislipidemia, com dados recentes confirmando que, independentemente da obesidade, essas condições aumentam o risco de eventos cardiovasculares (ALLEN, Lowri A., 2022). Entretanto, a modificação do estilo de vida (dieta e/ou atividade física) é recomendada como terapia de primeira linha para tratar a SOP, visto que, mulheres com essa condição apresentam colesterol mais alto, menor nível de magnésio, tendência para menor ingestão de zinco e menor atividade física total. A maioria dos estudos elegíveis relatou menor adesão total a padrões alimentares saudáveis ou menor consumo dos principais grupos de alimentos (grãos, frutas, vegetais, proteínas, sementes, nozes, laticínios) em mulheres com SOP. Estas descobertas podem ser utilizadas para informar futuras recomendações práticas e pesquisas que abordem de forma mais eficaz as complicações (ganho de peso, obesidade, diabetes, infertilidade, desequilíbrio mental e doenças cardiovascu-



**Figura 1.** Fluxograma da busca de dados e seleção dos artigos selecionados nas bases de dados PubMed e BVS.

Autor	Ano	Principais Conclusões
ABDOLAHIAN, Somayeh et al.	2020	Intervenções no estilo de vida, como dieta e exercícios, podem melhorar parâmetros clínicos, metabólicos e hormonais em adolescentes com SOP.
AL WATTAR, Bas-sel H. et al.	2021	Diferentes recomendações sobre o diagnóstico de SOP em adolescentes, intervenções ideais para o estilo de vida e medidas para diminuir o risco de síndrome de hiperestimulação ovariana.
ALLEN, Lowri A.	2022	Aconselhar as pacientes portadoras de SOP sobre os riscos para a saúde a longo prazo e investir em estratégias que limitem a progressão para morbidades metabólicas e não metabólicas.
BAI, Xuechun et al.	2021	Buscou analisar o progresso da pesquisa sobre características e fatores de influência relacionados à receptividade endometrial em pacientes com SOP.
BAMBHROLIYA, Zarna et al.	2022	Oferecer nova estrutura para investigar a interação entre SOP, DM 2, obesidade e apneia obstrutiva do sono, que inclui uma perspectiva revisada sobre o papel específico da SOP.
BENJAMIN, Jiby Jolly et al.	2021	Foi observado nível de DHEA significativo na SOP em comparação com controles saudáveis, que ajudou a gerar evidências sobre o envolvimento do estresse na patogênese da SOP.
BURNATOWSKA, Ewelina et al.	2023	Analisa dados sobre as relações entre alimentação emocional, transtorno da compulsão alimentar periódica, síndrome da alimentação noturna, obesidade e SOP.
DE LIMA NUNES, Romilson et al.	2019	As evidências sobre os efeitos da participação em exercícios e/ou intervenções dietéticas na qualidade de vida de mulheres com SOP são limitadas.
DOUGLAS, Ka-tie M. et al.	2022	Obteve evidências limitadas de taxas de SOP no transtorno bipolar, em comparação com estimativas populacionais ou taxas de grupos de controle saudáveis.
DYBCIAK, Paweł et al.	2023	A probabilidade global de depressão em pacientes com SOP foi 2,5 vezes maior do que em mulheres saudáveis. Os resultados implicam riscos aumentados de sintomas depressivos em mulheres com SOP.
JISKOOT, Geranne et al.	2022	A maioria das intervenções psicológicas que aplicam a terapia cognitivo-comportamental são eficazes na redução dos escores de depressão em mulheres com SOP.
KAZEMI, Maryam et al.	2022	Identificar estilo de vida em mulheres com SOP que possam estar subjacentes à propensão de ganho de peso e obesidade na SOP e ser direcionados para nutrição de precisão e intervenções.
LEI, Wenwen et al.	2020	A suplementação de inositol e ácido alfa-lipídico (ALA) pode melhorar os resultados em termos de ciclicidade menstrual, ovulação e hiperinsulinemia em mulheres com SOP.
PATTEN, Rhian-non K. et al.	2021	As evidências disponíveis indicam que o exercício é eficaz para melhorar a qualidade de vida relacionada à saúde e o sofrimento dos sintomas da SOP.
PRESSWALA, Batul.	2023	As experiências dos pacientes destacam que os seus profissionais de saúde carecem de conhecimento e empatia.

REMPERT, Ashley N. et al.	2023	Os estudos revelaram que o diagnóstico e a experiência de vida da SOP tinham uma pontuação de incapacidade semelhante ou superior à de doenças cardíacas, diabetes mellitus ou câncer de mama.
RICHARDS, Cory T. et al.	2021	O treinamento intervalado de alta intensidade (HIIT) tem sido sugerido como um modo de exercício mais eficiente na SOP. Porém, o HIIT não fornece resultados superiores em 'V' O <sub>2max</sub> em comparação com o MISS.
SCHORETSANITIS, Georgios et al.	2022	As mulheres com SOP apresentam risco elevado de depressão pós-parto.
SENDUR, Suleyman N.	2021	O fenótipo clínico da SOP apresenta, portanto, uma grande variação dependendo da etnia.
WANG, Yulu; NI, Zhihong; LI, Keyi.	2021	Mulheres com SOP apresentam alta prevalência de ansiedade e depressão de diferentes gravidades.
WOODWARD, Amie et al.	2019	Intervenções de exercícios de 12 a 24 semanas têm efeitos positivos no perfil lipídico do sangue, na ovulação e na resistência à insulina em mulheres com SOP.
YANG, Shuo et al.	2022	Os medicamentos antidiabéticos podem ter efeitos benéficos nos estados endócrinos e metabólicos em mulheres com SOP.
YIN, Xican et al.	2021	A síndrome dos ovários policísticos (SOP) está associada a vários problemas de saúde mental, incluindo ansiedade, depressão, diminuição da satisfação sexual e da qualidade de vida.
ZAKS, Nina et al.	2023	Distúrbios do sistema reprodutivo foi associado a um aumento nas chances de ter um transtorno psiquiátrico. A SOP está associada ao aumento das chances de depressão e ansiedade.
ZHAO, Shankun et al.	2019	Os casos envolvidos não revelaram nenhuma associação significativa entre SOP e aumento do risco de disfunção sexual. Encontraram valores semelhantes em pessoas saudáveis.

**Tabela 1.** Listagem dos estudos selecionados e as principais observações.

lares) nesta população de alto risco (KAZEMI, Maryam et al., 2022).

Os efeitos de intervenções no estilo de vida foram observados sobre parâmetros antropométricos, clínicos e bioquímicos em meninas adolescentes com SOP. O estudo mostrou melhorias significativas no hormônio luteinizante (LH) e nos níveis de índice de andrógeno livre em meninas adolescentes que receberam intervenção no estilo de vida em comparação com a linha de base. O estudo também revelou que as modificações na dieta por si só foram associadas a uma diminuição significativa no Índice de Massa Corporal (IMC). As intervenções de exercício foram associadas a alterações benéficas

significativas nos ciclos menstruais. Sendo assim, intervenções no estilo de vida como dieta e exercícios, podem melhorar alguns parâmetros clínicos, metabólicos e hormonais em adolescentes com SOP (ABDOLAHIAN, Somayeh et al., 2020). Nota-se, que os benefícios do exercício físico para a saúde física de mulheres com SOP estão bem estabelecidos e o exercício é cada vez mais reconhecido como eficaz para melhorar o bem-estar psicológico. Essa prática demonstrou melhorias positivas na qualidade de vida relacionada à saúde em todos os estudos incluídos. Metade dos estudos incluídos também relataram melhorias significativas nos sintomas de depressão e ansiedade (PATTEN, Rhiannon K. et al., 2021).

A síndrome dos ovários policísticos (SOP) está associada a vários problemas de saúde mental, incluindo ansiedade, depressão, diminuição da satisfação sexual e diminuição da qualidade de vida relacionada à saúde. Comparando a saúde mental de mulheres com e sem SOP, foram realizados quarenta e seis estudos, incluindo 30.989 participantes. Vinte e oito estudos relataram sintomas de depressão, 22 estudos foram sobre ansiedade, 16 estudos mostraram status de qualidade de vida, 12 estudos foram sobre disfunção sexual, 5 sobre sofrimento emocional, 4 sobre compulsão alimentar e 4 sobre somatização. Mulheres com SOP relataram depressão significativamente maior, ansiedade, menor qualidade de vida e disfunção sexual não significativa. Os resultados deste estudo indicaram que as mulheres com SOP sofrem de depressão, ansiedade e experimentam uma qualidade de vida inferior, enquanto a sua função sexual não é distinta das mulheres saudáveis (YIN, Xican et al., 2021). A pesquisa realizada com a Escala Hospitalar de Ansiedade e Depressão (HADS), buscou avaliar a prevalência, o nível médio, a diferença média padronizada e a probabilidade de depressão em mulheres adultas na pré-menopausa com SOP. A probabilidade global de depressão em pacientes com SOP foi mais de 2,5 vezes maior do que em mulheres saudáveis (DYBCIAK, Paweł et al., 2023).

Foi analisado rigorosamente as evidências disponíveis relativas à carga psicossocial da SOP em mulheres em idade reprodutiva e compararamos os escores validados de qualidade de vida de mulheres com e sem SOP, antes e depois do tratamento. O 36-Item Short Form Survey e o questionário World Health Organization Quality of Life, revelaram que o diagnóstico e a experiência de

vida da SOP tinham uma pontuação de incapacidade semelhante ou superior à de doenças cardíacas, diabetes mellitus ou câncer de mama. Os escores de qualidade de vida, associados a problemas de saúde mental, infertilidade, disfunção sexual, obesidade, distúrbios menstruais e hirsutismo, foram mais baixos no início do estudo do que após o tratamento na maioria dos instrumentos que medem essas variáveis em mulheres com SOP. A SOP está associada a estresse psicosocial significativo e redução da qualidade de vida nas medidas iniciais e em comparação com outras doenças. As evidências sugerem que o tratamento com terapia cognitivo comportamental (TCC), medicamentos e o gerenciamento do estilo de vida, diminuem as cargas psicossociais e aliviam a qualidade de vida experimentada por mulheres com SOP (REMPERT, Ashley N. et al., 2023).

Mulheres com SOP podem sofrer uma série de processos patológicos como alterações nos níveis de expressão de hormônios e receptores relacionados, desequilíbrios na proporção de citocinas diversas, resistência à insulina, inflamação crônica de baixo grau e alterações morfológicas endometriais que prejudicarão a receptividade endometrial de vários aspectos e obstruem a nidação do óvulo fertilizado e o desenvolvimento embrionário, causando assim eventos adversos à saúde reprodutiva, incluindo infertilidade e aborto (BAI, Xuechun et al., 2021). O diagnóstico de um distúrbio do sistema reprodutivo foi associado a um aumento de 2 a 3 vezes nas chances de ter um transtorno psiquiátrico. A análise concentrou-se em diagnósticos específicos descritos na literatura, em vista disso, pode-se reafirmar que a síndrome dos ovários policísticos está associada ao aumento das chances de depressão e ansiedade (ZAKS, Nina et al., 2023). Além

disso, mulheres com SOP apresentam risco elevado de depressão pós-parto (DPP) e os moderadores de risco exigem mais pesquisas. Os estudos incluíram os efeitos da idade, índice de massa corporal, porcentagem de fumantes, histórico de depressão, parto prematuro, hipertensão durante a gravidez, diabetes gestacional e cesariana, bem como análises de subgrupos baseadas nos métodos de avaliação para SOP e DPP. Em seis estudos com total de 934.922 participantes, 44.167 mulheres com SOP apresentavam risco aumentado de DPP em comparação com 890.755 mulheres sem SOP (SCHORETSANITIS, Georgios et al., 2022).

A obesidade é um fator de risco estabelecido para o desenvolvimento da síndrome dos ovários policísticos (SOP), especialmente o fenótipo A. As principais causas do desenvolvimento da obesidade podem ser a alimentação emocional (EE) e os transtornos alimentares (TAs), como o transtorno da compulsão alimentar periódica (TCAP) e sua forma extrema, a alimentação viciante, bem como a síndrome da alimentação noturna (NES). Tudo isso é causado por função prejudicada do sistema de recompensa. Como resultado, mulheres com obesidade podem desenvolver ou agravar estes distúrbios e ter como resultado depressão e ansiedade associada ao hirsutismo e aos distúrbios de fertilidade causados pela SOP. Sendo assim, é muito importante reconhecer esses problemas e incluir a seleção adequada de farmacoterapia e psicoterapia (BURNATOWSKA, Ewelina et al., 2023).

Baseado nos estudos apresentados, é válido reforçar que mulheres com SOP apresentam ansiedade e depressão de diferentes gravidades. Além disso, a obesidade pode aumentar o risco de sintomas de depressão, enquanto os potenciais contribuin-

tes e mecanismos que influenciam estes sintomas, tais como hirsutismo, infertilidade, resistência à insulina (RI), e testosterona total em mulheres com SOP, precisam de ser mais investigados. Mulheres obesas com SOP apresentaram maior probabilidade de depressão (WANG, Yulu; NI, Zhihong; LI, Keyi, 2021). Perante o exposto, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) é o tratamento psicológico de primeira linha para a depressão. Diante disso, a maioria das intervenções psicológicas que aplicam a TCC são eficazes na redução dos escores de depressão em mulheres com SOP. Mais ensaios clínicos são necessários para avaliar quantas sessões de TCC são necessárias para tratar a depressão em mulheres com SOP (JISKOOT, Geranne et al., 2022).

Os medicamentos antidiabéticos podem ter efeitos benéficos nos estados endócrinos e metabólicos em mulheres com SOP. Foi comparado os efeitos dos antidiabéticos orais sobre os hormônios reprodutivos, marcadores metabólicos e antropométricos e frequência menstrual em pacientes com SOP. Foram incluídos inibidores do co-transportador de sódio-glicose 2 (SGLT-2), metformina (MET), dipeptidil peptidase 4 (DPP-4), inibidores da alfa-glicosidase, agonistas do receptor do peptídeo 1 semelhante ao glucagon (GLP-1 RAs) e tiazolidinedionas (TZDs). Os resultados incluíram mudanças nos resultados endócrinos, resultados metabólicos, frequência menstrual e resultados antropométricos. De acordo com os grupos comparados, foi observado que a metformina foi mais benéfica na redução da testosterona total sérica, e GLP-1RAs + MET reduziu o índice de andrógenos livres de forma mais eficaz. As TZDs tiveram um efeito maior na globulina ligadora de hormônios sexuais que a metformina. Para di-

minuir a androstenediona, metformina, inibidores DPP-4, GLP-1RAs e GLP-1Ras + Met, foram mais eficazes que os TZDs. Os agonistas dos receptores GLP-1 em combinação com a metformina parecem ser preferíveis para melhorar a hiperandrogenemia. Metformina e TZDs oferecem o benefício adicional de melhorar a glicemia de jejum e a lipoproteína de baixa densidade - colesterol (LDL-C) quando comparados aos grupos de controle. A metformina combinada com agonistas do receptor GLP-1 ou TZDs pode estar associada a um efeito benéfico na recuperação menstrual (YANG, Shuo et al., 2022).

As percepções do paciente diante do diagnóstico da SOP e os desafios enfrentados durante o processo, podem influenciar a compreensão do paciente sobre a SOP e a confiança nos profissionais de saúde. As experiências dos pacientes no processo diagnóstico foram estratificadas em três temas: emocional, negocial e incompleto. Como resultado destas experiências, os pacientes começam a perceber que os seus profissionais de saúde carecem de conhecimento e empatia. A má comunicação dos profissionais de saúde afeta negativamente a confiança dos pacientes neles (PRESSWALA, Batul, 2023).

Dante de todos os cenários apresentados, é válido destacar que os profissionais de saúde devem fornecer clareza e solidariedade aos pacientes, para informar e aprimorar a prática clínica, visando promover uma melhor qualidade de vida, uma melhor compreensão sobre a condição apresentada, e além de tudo, promover dignidade para as mulheres portadoras dessa síndrome.

## CONCLUSÃO

Portanto, conclui-se que a SOP é uma condição clínica que atinge as mulheres em mais de uma fase da vida, exibindo uma ampla variedade de sintomas e impactando negativamente na qualidade de vida das pacientes. Assim, é necessário acompanhamento integral das mulheres com essa síndrome, abordando seus aspectos biológicos e sociais. Para melhorar os sintomas e receber um tratamento farmacológico adequado, seria necessário mudar o estilo de vida e seguir uma dieta saudável e uma rotina regular de exercícios. Vale destacar que praticar o cuidado centrado no paciente e capacitar os mesmos, atendendo às suas necessidades específicas de informação, é essencial para melhorar a experiência diagnóstica e o cuidado das pessoas que vivem com SOP.

## REFERÊNCIAS

ABDOLAHIAN, Somayeh et al. **Effect of lifestyle modifications on anthropometric, clinical, and biochemical parameters in adolescent girls with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis.** BMC endocrine disorders, v. 20, p. 1-17, 2020.

AL WATTAR, Bassel H. et al. **Clinical practice guidelines on the diagnosis and management of polycystic ovary syndrome: a systematic review and quality assessment study.** The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism, v. 106, n. 8, p. 2436-2446, 2021.

ALLEN, Lowri A.; SHRIKRISHNAPALASURIYAR, Natasha; REES, Dafydd Aled. **Long-term health outcomes in young women with polycystic ovary syndrome: a narrative review.** Clinical Endocrinology, v. 97, n. 2, p. 187-198, 2022.

- BAI, Xuechun et al. **Research progress of endometrial receptivity in patients with polycystic ovary syndrome: a systematic review.** Reproductive biology and endocrinology, v. 19, n. 1, p. 122, 2021.
- BAMBHROLIYA, Zarna et al. **Diabetes, polycystic ovarian syndrome, obstructive sleep apnea, and obesity: a systematic review and important emerging themes.** Cureus, v. 14, n. 6, 2022.
- BENJAMIN, Jiby Jolly et al. **DHEA and polycystic ovarian syndrome: Meta-analysis of case-control studies.** PLoS One, v. 16, n. 12, p. e0261552, 2021.
- BURNATOWSKA, Ewelina et al. **Emotional eating and binge eating disorders and night eating syndrome in polycystic ovary syndrome—a vicious circle of disease: a systematic review.** Nutrients, v. 15, n. 2, p. 295, 2023.
- DE LIMA NUNES, Romilson et al. **Lifestyle interventions and quality of life for women with polycystic ovary syndrome: A systematic review and meta-analysis protocol.** Medicine, v. 98, n. 50, p. e18323, 2019.
- DOUGLAS, Katie M. et al. **Rate of polycystic ovary syndrome in mental health disorders: a systematic review.** Archives of Women's Mental Health, p. 1-11, 2022.
- DYBCIAK, Paweł et al. **Depression in polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis.** Journal of Clinical Medicine, v. 12, n. 20, p. 6446, 2023.
- JISKOOT, Geranne et al. **Cognitive behavioural therapy for depression in women with PCOS: systematic review and meta-analysis.** Reproductive Biomedicine Online, v. 45, n. 3, p. 599-607, 2022.
- KAZEMI, Maryam et al. **Comparison of dietary and physical activity behaviors in women with and without polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis of 39 471 women.** Human Reproduction Update, v. 28, n. 6, p. 910-955, 2022.
- LEI, Wenwen et al. **Effects of inositol and alpha lipoic acid combination for polycystic ovary syndrome: a protocol for systematic review and meta-analysis.** Medicine, v. 99, n. 30, p. e20696, 2020.
- PATTEN, Rhiannon K. et al. **Effectiveness of exercise interventions on mental health and health-related quality of life in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review.** BMC Public Health, v. 21, p. 1-12, 2021.
- PRESSWALA, Batul; DE SOUZA, Leanne R. **The diagnostic experience of polycystic ovary syndrome: A scoping review of patient perspectives.** Patient Education and Counseling, p. 107771, 2023.
- REMPERT, Ashley N. et al. **A systematic review of the psychosocial impact of polycystic ovarian syndrome before and after treatment.** Reproductive Sciences, v. 30, n. 11, p. 3153-3178, 2023.
- RICHARDS, Cory T. et al. **HIIT'ing or MISS'ing the Optimal Management of Polycystic Ovary Syndrome: A Systematic Review and Meta-Analysis of High-Versus Moderate-Intensity Exercise Prescription.** Frontiers in Physiology, v. 12, p. 715881, 2021.
- SCHORETSANITIS, Georgios et al. **Polycystic ovary syndrome and postpartum depression: A systematic review and meta-analysis of observational studies.** Journal of Affective Disorders, v. 299, p. 463-469, 2022.
- SENDUR, Suleyman N.; YILDIZ, Bulent O. **Influence of ethnicity on different aspects of polycystic ovary syndrome: a systematic review.** Reproductive biomedicine online, v. 42, n. 4, p. 799-818, 2021.

WANG, Yulu; NI, Zhihong; LI, Keyi. **The prevalence of anxiety and depression of different severity in women with polycystic ovary syndrome: a meta-analysis.** Gynecological Endocrinology, v. 37, n. 12, p. 1072-1078, 2021.

WOODWARD, Amie et al. **The effects of exercise on cardiometabolic outcomes in women with polycystic ovary syndrome not taking the oral contraceptive pill: protocol for a systematic review and meta-analysis.** Systematic reviews, v. 8, p. 1-6, 2019.

YANG, Shuo et al. **The effect of oral antidiabetic drugs on improving the endocrine and metabolic states in women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and network meta-analysis.** Drugs, v. 82, n. 14, p. 1469-1480, 2022.

YIN, Xican et al. **The mental health of women with polycystic ovary syndrome: a systematic review and meta-analysis.** Archives of women's mental health, v. 24, p. 11-27, 2021.

ZAKS, Nina et al. **Association between mental health and reproductive system disorders in women: a systematic review and meta-analysis.** JAMA Network Open, v. 6, n. 4, p. e238685-e238685, 2023.

ZHAO, Shankun et al. **Is polycystic ovary syndrome associated with risk of female sexual dysfunction? A systematic review and meta-analysis.** Reproductive biomedicine online, v. 38, n. 6, p. 979-989, 2019.