

RELAÇÃO ENTRE DIETA E FERTILIDADE EM MULHERES COM ENDOMETRIOSE

Congresso Online Brasileiro Multidisciplinar de Medicina, 1ª edição, de 13/06/2022 a 15/06/2022
ISBN dos Anais: 978-65-81152-62-8

BORBA; Jéssica Nascimento¹, SÁ; Enanda Mirelly Batista Freire de², OLIVEIRA; Sabrina Gomes de³

RESUMO

Introdução: A fecundidade de uma mulher perpassa por obstáculos, incluindo distúrbios menstruais, como a endometriose, os quais podem ter implicações negativas na qualidade de vida, por isso é válido o diagnóstico precoce e o uso de diferentes vias de tratamento, incluindo as alternativas, como a dieta balanceada, a qual parece ser um importante fator modulador. **Objetivo:** Entender a influência e o risco da má alimentação na fertilidade feminina em pacientes com endometriose. **Métodos:** Esta é uma revisão literária integrativa, tendo como plataforma de pesquisa PUBMED, com os descritores “Dieta”, “Endometriose” e “Fertilidade”, utilizando o operador booleano AND, cujo filtro de busca foi o temporal dos últimos 10 anos de publicação, resultando em 7 artigos selecionados. Os critérios de inclusão foram títulos, resumos e textos completos, já os de exclusão foram artigos desalinhados com o tema ou com o objetivo desta análise. **Resultados:** Vários estudos observacionais evidenciaram uma melhora na fertilização *in vitro* em mulheres com taxas de vitamina D acima ou igual a 30 ng/ml, o que foi corroborado por um aumento da espessura endometrial em pacientes com síndrome dos ovários policísticos (SOP) após suplementação de vitamina D e por uma diminuição do risco de endometriose incidente em quem teve aumento da ingestão dessa vitamina. Evidências sugerem um efeito protetor, preventivo e regressor no uso de ácidos graxos ômega-3, frutas, vegetais e grãos integrais em uma dieta, bem como analisam que dietas pouco nutritivas resultam em alterações no metabolismo lipídico, estresse oxidativo e promoção de anormalidades epigenéticas, as quais podem estar envolvidas na gênese e progressão da endometriose. Apesar disso, essa modificação nutricional para endometriose tem sido insuficientemente estudada. **Conclusão:** Costumes alimentares estão intimamente associados à qualidade de vida e saúde reprodutiva das mulheres e ainda podem induzir distúrbios ginecológicos e modular doenças, como a endometriose. Apesar de existir alguns estudos, ainda há uma escassez científica nesta temática, o que requer pesquisas constantes e exige atuações multidisciplinares no seu tratamento. Diante das evidências discutidas, percebe-se que alcançar padrões saudáveis na dieta é uma grande promessa para melhorar muitas doenças ginecológicas crônicas e facilitar a sua sinalização epigenética para gerações futuras. (resumo - com apresentação oral)

PALAVRAS-CHAVE: Dieta, Endometriose, Fertilidade

¹ Centro Universitário Tiradentes - UNIT/AL, jessicanb12@hotmail.com

² Centro Universitário Tiradentes - UNIT/AL, enandamirelly95@hotmail.com

³ Centro Universitário Tiradentes - UNIT/AL, sabrinaoliveiramedvet@yahoo.com.br