

UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO  
CURSO DE BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

FRANCISCA FRANCILENE RUDRIGUES FERREIRA

**OBESIDADE, INFERTILIDADE FEMININA E EXERCÍCIO FÍSICO:** revisão  
integrativa

Juazeiro do Norte-CE  
2021

FRANCISCA FRANCILENE RUDRIGUES FERREIRA

**OBESIDADE, INFERTILIDADE FEMININA E EXERCÍCIO FÍSICO:** revisão  
Integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Bacharelado em Educação Física  
do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,  
Campus Saúde, como requisito para obtenção  
do Grau de Bacharel em Educação Física.  
Orientador: Profa. Me. Karina Moraes Borges

Juazeiro do Norte-CE  
2021

FRANCISCA FRANCILENE RUDRIGUES FERREIRA

**OBESIDADE, INFERTILIDADE FEMININA E EXERCÍCIO FÍSICO: revisão**  
Integrativa

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado  
ao Curso de Bacharelado em Educação Física  
do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio,  
Campus Saúde, como requisito para obtenção  
do Grau de Bacharel em Educação Física.

**APROVADO EM:** 10/12/2021

**BANCA EXAMINADORA:**

---

Prof<sup>a</sup>. Me. Karina Moraes Borges  
(Orientador)

---

Prof<sup>a</sup>. Me. Loumaira Carvalho Da Cruz  
Examinadora 1

---

Prof<sup>a</sup>. Dra. Lindaiane Bezerra Rodrigues Dantas  
Examinador 2

Juazeiro do Norte-CE  
2021

# **OBESIDADE, INFERTILIDADE FEMININA E EXERCÍCIO FÍSICO: revisão integrativa**

Francisca Francilene Rodrigues Ferreira<sup>1</sup>

Karina Moraes Borges<sup>2</sup>

## **RESUMO**

A infertilidade foi reconhecida pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como um problema de saúde pública que afeta aproximadamente de 10% a 15% da população, com uma incidência variável em todo o mundo. Essa porcentagem demonstra, por exemplo, índices de sujeitos com obesidades mórbidas, os quais foram assistidos por vários profissionais, desde clínico geral, profissional de educação física e nutricionista, até o médico cirurgião. Dessa forma, o objetivo deste trabalho é investigar a relação entre obesidade, infertilidade feminina e a importância da prática de exercício físico nesse cenário. Trata-se de estudo de revisão integrativa com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada nas bases de dados da Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) e da Scielo no período de agosto a setembro de 2021. Como resultados, os estudos apontam para a ideia de que a obesidade é um fator que contribui para a infertilidade. Da mesma forma, observa-se que a prática de atividade física pode ajudar na redução desse tipo de problema. Apesar disso, a abordagem sobre essa relação não é incidente nos estudos sobre obesidade e infertilidade, nem sobre a função da atividade física para resolver esse problema. Conclui-se, assim, que se deve ampliar o campo de pesquisa sobre essa temática, dada a sua necessidade.

**Palavras-chave:** Obesidade. Exercício físico. Infertilidade.

---

<sup>1</sup> Discente do Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

<sup>2</sup> Docente do Curso de Bacharelado em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

## **ABSTRACT**

Infertility has been recognized by the World Health Organization (WHO) as a public health problem that affects approximately 10% to 15% of the population, with a variable incidence worldwide. This percentage demonstrates, for example, rates of subjects with morbid obesity, who were assisted by various professionals, from general practitioners, physical education professional and nutritionists, to surgeons. Thus, the objective of this work is to investigate the relationship between obesity, female infertility and the importance of physical exercise in this scenario. This is an integrative review study with a qualitative approach. The research was carried out in the databases of the Virtual Health Library (VHL) and *Scielo* to September 2021. As a result, studies point to the idea that obesity is a contributing factor to infertility. Likewise, it is observed that the practice of physical activity can help to reduce this type of problem. Despite this, the approach to this relationship is not incident in studies on obesity and infertility, nor in the role of physical activity to solve this problem. It concludes, therefore, that the field of research on this theme should be expanded, given its need.

**Keywords:** Obesity. Physical exercise. Infertility.

## INTRODUÇÃO

A infertilidade foi reconhecida pela OMS como um problema de saúde pública que afeta aproximadamente 10% a 15% da população com uma incidência variável em todo o mundo. Essa porcentagem demonstra, por exemplo, índices de sujeitos com obesidades mórbidas, os quais foram assistidos por vários profissionais desde clínico geral, profissional de educação física, nutricionista até o médico cirurgião (REYES-MUÑOZ *et al*, 2016).

A obesidade é um dos fatores que mais tem influência em relação à infertilidade. Pesquisas afirmam que a maior parte das pessoas que sofrem de obesidade tentam, porém não conseguem, isso porquê o nível elevado do Índice de Massa Corpórea (IMC) influencia diretamente pois a gordura faz com que o indivíduo adquira enfermidades tais como: doenças cardiovasculares, diabetes, problemas respiratórios e de locomoção (ORIO *et al*, 2006).

A gordura no corpo pode ser obtida por vários fatores entre eles as relacionadas aos hormônios que influenciam no ganho de peso rápido no caso do hipotireoidismo. Um dos fatores hormonais em mulheres que pode causar a infertilidade é a síndrome dos ovários policísticos (SOP), que é um grande influenciador no ganho de gordura e é uma pauta de descaso presente em nosso país (ORIO *et al*, 2006).

Nesse cenário de obesidade e de infertilidade, a atividade física é uma das saídas que se propagam em todo o mundo, com a mudança de hábitos e o acompanhamento dos pacientes que são acometidos por obesidade relacionada a qualquer tipo de alteração hormonal no corpo.

Metodologias de exercícios físicos foram executadas em estudos e mostraram efeito tanto a longo como em curto prazo, o que evidencia que a prática de exercícios físicos regulares pode ajudar na recuperação de pessoas com obesidade. Esses estudos mostraram a redução de gordura abdominal, bem como a redução nos fatores cardiometabólicos (JARRET; LUJAN, 2016).

Nessa perspectiva, os exercícios físicos que mostraram uma maior eficiência estão ligados a exercícios com grandes grupos musculares em atividades rítmicas e contínuas que demonstraram um melhoramento na redução de morbimortalidade cardiovascular (PETRAGLIA; SEROUR; CHAPRON, 2013).

Diante dessas considerações iniciais, pode-se levantar a seguinte questão: Relacionado a resultados que tratam sobre obesidade e problemas de infertilidade, qual a possibilidade de existir melhoras com a ajuda do exercício físico vinculado a pessoas com esse tipo de quadro?

Estudos mostram que a fertilidade é negativamente influenciada pela obesidade e sobrepeso. Vale ressaltar que há outros fatores que influenciam na fertilidade como: o estresse, a resistência à insulina, os hormônios sexuais entre outros. De acordo com informação da Pesquisa de Orçamento Familiares realizada no Brasil entre 2008 e 2009, dentre as mulheres com 20 anos ou mais anos de idade, 48% estavam com peso excessivo ( $> 25\text{kg/m}^2$  de índice de massa corporal IMC) e 17% estavam obesas ( $>30\text{kg/m}^2$ ) (REYES-MUÑOZ et al, 2016). Diante do exposto o objetivo do trabalho é investigar a relação entre obesidade, infertilidade feminina e a importância do exercício físico diante desse cenário.

Por fim, pode-se dizer que esse estudo é relevante porque apresenta uma questão importante para a discussão, considerando a hipótese de que a prática de exercícios físicos pode ajudar na resolução de problemas como a infertilidade que é consequência de quadros de obesidade.

## 2 MATERIAIS E MÉTODOS

Esse estudo consistiu em uma revisão integrativa com abordagem qualitativa. A pesquisa foi realizada através de consultas em bibliotecas virtuais como *Scielo* e Biblioteca Virtual de Saúde (BVS), bem como em seus respectivos bancos de dados, no período de agosto a setembro de 2021. De acordo com a busca realizada, foram selecionados artigos indexados em periódicos, adotando-se critérios de inclusão e exclusão a partir do ano de 2017.

Assim, para a realização da coleta de dados, a pesquisa baseou-se no levantamento de literatura, de acordo com os descritores *Obesidade*, *Infertilidade feminina*, *Atividade física*, presentes na plataforma de Descritores em Ciências da Saúde (DeCS). Os dados foram coletados nas plataformas digitais supracitadas com os descritores supracitados, utilizando o operador booleano *AND*.

Foram incluídos artigos tendo como recorte temporal os anos de 2017 a 2021, disponíveis na íntegra, relacionados à temática em questão, tendo como base a discussão associada entre obesidade, infertilidade feminina e atividades físicas, com procedimentos de leitura dos títulos de cada artigo, leitura do resumo e, caso houvesse adequação, a leitura do artigo na íntegra.

Foram excluídos os artigos repetidos, diante da combinação de descritores, textos com abordagens diferentes da pretendida para esta pesquisa, como aqueles que não permitiam a associação entre os descritores propostos, de acordo com a leitura do título e do resumo, e textos como teses e dissertações.

Após coletar os dados os artigos foram organizados em tabelas e analisados de forma descritiva. Foi feita uma leitura minuciosa dos artigos, a partir dessa leitura buscou resolver a questão problema.

Assim, como base nas informações apresentadas nos artigos selecionados, pode-se desenvolver a seção de resultados e discussão sobre a temática proposta para esta pesquisa.

### 3 RESULTADOS

A proposta de abordagem dessa pesquisa partiu da hipótese de associação entre obesidade e infertilidade, e a prática de exercício físico como uma maneira de minimizar problemas em relação a esses dois primeiros elementos. Dessa forma, encontraram-se resultados que permitem a observação dessas relações, sobretudo no que se refere à obesidade como causa de infertilidade feminina.

Com base nessas considerações acerca do procedimento de coleta de dados, apresenta-se a figura 1, com o fluxograma referente à busca de dados nas referidas bibliotecas, as quais subsidiaram a pesquisa, bem como a apresentação dos resultados e da discussão, de acordo com a questão norteadora, considerando os dez artigos selecionados na amostra final.

**Figura 1 - Fluxograma de busca de dados**



Fonte: Elaboração própria, baseada na busca de base de dados.

Diante da figura 1, observa-se, de maneira geral, que a obesidade é um problema que ocasiona disfunções ovulatórias e que está relacionado à inatividade física, como se pode constatar nos estudos levantados. Por isso, pode-se dizer, a princípio, que a prática de atividade física pode contribuir para a resolução do problema de obesidade e, conseqüentemente, auxiliar nas questões relativas à fertilidade.

Nesse contexto, o quadro 1 apresenta a síntese dos resultados encontrados nos artigos pesquisados, contendo cinco artigos com estudos

transversais, um estudo de caso-controle e quatro estudos pautados em revisão integrativa.

**Quadro 1 – Síntese dos resultados encontrados na busca de dados**

| <b>Título</b>                                                                                                                     | <b>Autor(es) / ano</b>         | <b>Objetivo</b>                                                                                                                       | <b>Metodologia</b>                  | <b>Resultados/Conclusão</b>                                                                                                                                                                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Sobrepeso e obesidade e fatores associados ao climatério                                                                          | Gonçalves <i>et al</i> (2016)  | Verificar a associação entre sobrepeso e obesidade e fatores sociodemográficos, comportamentais e clínicos em mulheres climatéricas.  | Estudo transversal                  | O sobrepeso e a obesidade associados ao climatério requerem maior atenção à saúde da mulher e abordagem multidisciplinar, tendo em vista prevenir a morbimortalidade nesse grupo populacional.                             |
| Fatores associados à obesidade geral e ao percentual de gordura corporal em mulheres no climatério da cidade de São Paulo, Brasil | França <i>et al</i> (2018)     | Verificar a associação entre obesidade e variáveis demográficas, clínicas e relacionadas ao estilo de vida em mulheres no climatério. | Estudo transversal                  | Enquanto a prática de atividade física foi um fator protetor, a multiparidade constituiu-se como fator de risco para a prevalência de obesidade no grupo de mulheres deste estudo.                                         |
| Padrão de atividade física em mulheres com excesso de peso                                                                        | Nascimento <i>et al</i> (2018) | Descrever o nível de atividade física de mulheres com excesso de peso                                                                 | Estudo transversal descritivo       | O nível de atividade física de mulheres com excesso de peso foi baixo na maioria dos domínios, exceto no domicílio, sendo necessário encontrar estratégias para otimizar a prática de atividade física sobretudo no lazer. |
| Relação entre índice de massa corporal e a funcionalidade/incapacidade de mulheres obesas                                         | Costa <i>et al</i> (2019)      | Avaliar a relação entre o Índice de Massa Corporal (IMC) de mulheres com obesidade tipo I e II com os                                 | Estudo observacional e transversal. | O grau de obesidade está relacionado com maiores índices de limitação/restrrição funcional, o que pode direcionar a tomada de decisão clínica no que tange ações de prevenção, promoção e recuperação da saúde.            |

|                                                                                                                            |                             |                                                                                                                 |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                            |                             | domínios “Funções do Corpo” e “Atividades e Participação”.                                                      |                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| Associação entre obesidade e infertilidade anovulatória                                                                    | Fichman <i>et al</i> (2020) | Verificar em mulheres a associação entre obesidade e infertilidade relacionada a questões anovulatórias.        | Estudo de caso-controle | Estratégias que estimulem o controle do peso são indicadas para mulheres com anovulação crônica devido à elevada atividade metabólica do tecido adiposo.                                                                                                                        |
| O impacto da obesidade na fertilidade feminina                                                                             | Barros; Alves; Rocha (2020) | Estabelecer relação entre obesidade e infertilidade feminina.                                                   | Revisão sistemática     | Mulheres obesas estão mais suscetíveis a disfunções ovulatórias.                                                                                                                                                                                                                |
| Fatores que interferem na inatividade física total em mulheres com excesso de peso                                         | Mussi <i>et al</i> (2021)   | Investigar as variáveis que interferem na inatividade física total em mulheres com excesso de peso.             | Pesquisa transversal    | A inatividade física associou-se à autopercepção de saúde regular e ruim, sendo um parâmetro de saúde para a elaboração de políticas e ações de promoção à saúde.                                                                                                               |
| O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos                                   | Campos; Leão; Souza (2021)  | Descrever sobre o impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos.       | Revisão bibliográfica   | A prática de exercício físico, acompanhada por uma dieta, tem sido aconselhada como estratégia no tratamento de mulheres com Síndrome de Ovários Policísticos.                                                                                                                  |
| Papel do exercício físico associado ou não a dieta, sobre parâmetros reprodutivos em obesas inférteis: revisão sistemática | Vazquez <i>et al</i> (2021) | Sintetizar evidências de eficácia do exercício associado ou não a dieta em parâmetros reprodutivos de população | Revisão sistemática     | Os resultados sugerem que os exercícios aeróbico e resistido de média a alta intensidade (3x/semana) durante 45 a 60 minutos promovem aumento das taxas de implantação e ovulação e melhora dos níveis dos hormônios luteinizante e folículo estimulante em mulheres inférteis. |

|                                                                                                                    |                             |                                                                                                                                                                        |                     |                                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                    |                             | obesa e infértil do sexo feminino.                                                                                                                                     |                     |                                                                                                                                                                                                                     |
| Alimentação e Prática de Atividade Física, no Tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos: Revisão Integrativa | Faria; Silva; Passos (2021) | Investigar a importância da alimentação saudável associada à prática de atividades físicas, no auxílio ao tratamento contra a síndrome dos ovários policísticos (SOP). | Revisão integrativa | A prática de exercícios físicos combinados a uma alimentação balanceada, são essenciais no tratamento. Ainda melhora no metabolismo corporal, alterações hormonais e cardiorrespiratórios, dentre outras vantagens. |

Fonte: Quadro elaborado com base na busca de dados

## 4 DISCUSSÃO

Diante dos resultados apresentados na seção anterior, podem-se observar relações que correspondem à abordagem pretendida na pesquisa, tais como: a relação entre obesidade e infertilidade; as associações entre obesidade e exercício físico; a importância do exercício físico para a redução da obesidade e melhoria das funções ovulatórias.

Com base nessas relações, é possível direcionar a discussão para estabelecer relações entre os três elementos levantados para este estudo: obesidade, infertilidade e exercício físico.

Gonçalves *et al* (2016) observam que as questões referentes ao sobrepeso e à obesidade dizem respeito a aspectos comportamentais da mulher, como a falta de atividade física e a consequente instalação do sedentarismo. Da mesma forma, há comportamentos alimentares que também concorrem para esse quadro. Nesse sentido, esses fatores interferem na qualidade de vida das mulheres, sobretudo no climatério, além de interferir na sua capacidade reprodutiva.

No estudo de França *et al* (2018), há achados que mostram que a prevalência de obesidade está relacionada ao baixo nível de atividade física. Dessa maneira, conclui-se que a prática de atividade física consiste em um fator de proteção para as mulheres no tocante a sua saúde reprodutiva. As autoras relatam, ainda, que essa paridade entre saúde reprodutiva e excesso de peso não é muito discutida no Brasil.

Como se pode observar, inicialmente com esses dois estudos, as questões relacionadas à saúde reprodutiva das mulheres estão relacionadas ao sobrepeso, sendo que a prática de atividade física contribui para a redução de peso e, consequentemente, para a melhoria da saúde da mulher, evitando problemas em relação à fertilidade, por exemplo.

Na discussão proposta por Nascimento *et al* (2018), observam-se ideias convergentes com o estudo de França *et al* (2018), tendo em vista que se discute a ideia de que o nível de atividade física está relacionado ao excesso de peso, sendo que, quanto menor for a prática de exercício físico, maior a possibilidade de sobrepeso. Na perspectiva de abordagem proposta, constata-se que a obesidade e a não prática de atividades físicas por parte das mulheres

correspondem a outras atividades realizadas pelas mulheres, como atividades profissionais, por exemplo, e os cuidados com a família de modo geral.

Dessa forma, constata-se que a prática de atividade física é um fator essencial para evitar situações de sobrepeso. Apesar disso, é possível inferir que a dinâmica social da mulher interfere na prática desse tipo de atividade, situação que pode levar à obesidade e problemas de infertilidade.

Costa *et al* (2019) destacam que o sobrepeso em mulheres acarreta uma série de problemas de saúde, os quais, como alertam Gonçalves *et al* (2016), interferem na qualidade de vida dessas pessoas. Dessa maneira, informa-se que, dentre os problemas causados pela obesidade, a infertilidade é um deles. Da mesma forma, percebe-se que a postura das mulheres em relação à atividade física é um fator que concorre para a presença de um quadro de obesidade.

A abordagem das autoras supracitadas pode ser relacionada à discussão proposta por Nascimento *et al* (2018), visto que essa postura das mulheres no que diz respeito à prática de atividade física, está relacionada a outras atribuições que, muitas vezes, não permite esse tipo de hábito, ocasionando o sedentarismo do sexo feminino.

Segundo o estudo de Fichman *et al* (2020), a infertilidade feminina está relacionada à influência de peso corporal, as quais estimulam a anovulação. Nesse cenário, as mulheres que se enquadram nessa condição de infertilidade geralmente não são praticantes de atividades físicas. De acordo com as autoras, diante da análise da variável em questão, é relatado que a única atividade física mencionada diz respeito aos afazeres domésticos.

Diante da análise proposta no estudo supracitado, mostra-se que a ausência de atividade física na vida das mulheres é uma variável que concorre para os casos de anovulação, pois contribui para a prevalência da obesidade, situação que interfere na saúde reprodutiva das mulheres, causando disfunção hormonal entre outros problemas.

Nessa direção, a discussão sobre obesidade e disfunção ovulatória desenvolvida na pesquisa de Barros; Alves; Rocha (2020) também tratam da relação entre obesidade e infertilidade feminina. De acordo com esse estudo, a obesidade ocasiona problemas como irregularidade na menstruação, problemas endometriais, além de poder ocasionar a infertilidade feminina.

Diante dessas questões, o estudo supracitado sugere que uma forma de combater a infertilidade feminina e, conseqüentemente, melhorar a saúde reprodutiva da mulher consiste na redução da massa corporal, levando em consideração que a causa de infertilidade não esteja relacionada a outros problemas de saúde.

Mussi *et al* (2021) discutem sobre a inatividade física com base em algumas variáveis relacionadas a mulheres com sobrepeso, como as seguintes: idade, situação conjugal e laboral, escolaridade e pessoas dependentes no domicílio. Dessa maneira, por conta dessas variáveis, há problemas de sobrepeso em relação às mulheres, situação que ocasiona uma percepção de saúde ruim.

Esse estudo dialoga com as ideias já apresentadas em outras abordagens já mencionadas que discorrem sobre a dinâmica de vida das mulheres que, muitas vezes, interfere na prática de atividade física. É o que se observa em Nascimento *et al* (2018) e Costa *et al* (2019), cujas discussões perpassam por fatores relacionados à inatividade física das mulheres.

Na abordagem de Campos; Leão; Souza (2021), constata-se que a prática de atividade física é um meio de prevenir/combater problemas de infertilidade. Nessa discussão, observa-se que as mulheres portadoras da Síndrome de Ovários Policísticos (SOP) tem mais probabilidade de desenvolver obesidade e infertilidade, além de outros problemas de saúde.

Diante disso, o estudo supracitado constata que a prática de atividade física contribui para a perda de peso e, conseqüentemente, no tratamento da SOP, reduzindo problemas de infertilidade. Esse tipo de prática seria uma forma não farmacológica mais eficaz para melhorar a qualidade de vida da mulher e melhorar a sua saúde reprodutiva.

Em relação ao combate dos efeitos da obesidade na infertilidade, Vasquez *et al* (2021) afirmam que a atividade física consiste em uma intervenção importante. Dessa forma, observa-se que a mudança de hábitos, nessa perspectiva, consiste em uma ação que proporciona benefícios diversos às mulheres.

Nessa direção, informa-se, também, que a prática de atividade física, e a conseqüente perda de peso proveniente dela, é uma intervenção recomendada para o atendimento de mulheres inférteis em razão da obesidade. Essa

perspectiva reforça a importância da prática de atividade física para reduzir problemas de infertilidade em casos que o problema centra-se na questão do sobrepeso das mulheres.

O estudo de Faria; Silva; Passos (2021) discorre sobre a importância dos exercícios físicos em casos de SOP. Sobre esses casos, é dito que a prática de exercícios físicos, associados a outros fatores, pode contribuir para o tratamento desse problema. Dessa forma, pode-se evitar situações como a infertilidade e a neoplasia endometrial.

Diante dos estudos apresentados, pode-se concluir que a prática de atividade física é muito importante para auxiliar em problemas como a obesidade e a infertilidade. É fator comum a ideia de que o baixo nível de atividade física pode ser uma variável da obesidade, sendo que, a instalação desse quadro pode acarretar problemas como a infertilidade. Da mesma forma, observa-se que a falta dessa prática saudável acarreta prejuízo na qualidade de vida das mulheres.

Portanto, entende-se que há relações entre obesidade, infertilidade e exercício físico, considerando o fato de que a obesidade pode ser um fator que concorre para um quadro de infertilidade. Nessa perspectiva, tem-se, de maneira unânime na literatura pesquisada, a ideia de que a prática de atividade física pode contribuir para a redução de peso e os problemas de infertilidade, desde que não haja patologias além dessa questão.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com a questão levantada na pesquisa, pôde-se observar que a obesidade pode ocasionar problemas de saúde como a infertilidade. Também constatou-se que a prática de atividade física pode contribuir com a redução de massa corporal e, conseqüentemente, com a saúde reprodutiva da mulher.

A literatura pesquisada também trata da pouca incidência de estudos que abordam a paridade entre obesidade e infertilidade no cenário de brasileiro de pesquisas sobre esta temática. A prática de atividade física é abordada como uma variável que se relaciona com a obesidade, tendo em vista que o baixo nível dessa atividade acarreta sobrepeso e problemas de saúde como a infertilidade. Assim, a prática de atividade física é um caminho para reduzir o sobrepeso e, conseqüentemente, minimizar problemas de infertilidade, conforme se observou nos estudos.

Conclui-se que são necessários mais estudos sobre este tema, pois há espaço para discussão sobre a relação entre obesidade, infertilidade e atividade física, haja vista os problemas que são recorrentes em decorrência da obesidade, como a infertilidade, e a importância da prática de atividade física nesse sentido.

Nesse contexto, entende-se que seriam importantes estudos transversais, os quais explorassem de maneira mais efetiva a relação entre obesidade e infertilidade, além de discutirem as contribuições da prática de atividade física para reduzir esse tipo de problema.

## REFERÊNCIAS

BARROS, I.S.G.; ALVES, G.D.; ROCHA, L. A. O impacto da obesidade na fertilidade feminina. **e-Scientia**, Belo Horizonte, v. 12, n. 2, p. 47-50, 2019.

CAMPOS, A.E.; LEÃO, M.E.B.; SOUZA, M.A. O impacto da mudança do estilo de vida em mulheres com síndrome dos ovários policísticos. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 13, n. 2, 2021.

COSTA, A.C. *et al.* Relação entre índice de massa corporal e a funcionalidade/incapacidade de mulheres obesas. **Fisioterapia Brasil**, v. 20, n. 5, p. 634-641, 2019.

FARIA, L.A.; SILVA, W.S.; PASSOS, S.G. Alimentação e Prática de Atividade Física, no Tratamento da Síndrome dos Ovários Policísticos: Revisão Integrativa. **Revisa**, v. 10, n. 3, p. 461-468, jul./set., 2021.

FICHMAN, V. *et al.* Associação entre obesidade e infertilidade anovulatória. **Einstein**, v. 18, p. 1-5, 2020.

FRANÇA, A.P. *et al.* Fatores associados à obesidade geral e ao percentual de gordura corporal em mulheres no climatério da cidade de São Paulo, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 23, n. 11, p. 3577-3586, 2018.

GONÇALVES, J.T.T. *et al.* Sobrepeso e obesidade e fatores associados ao climatério. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 2, n. 4, p. 1145-1155, 2016.

JARRETT, BY, LUJAN, ME (2016). Impacto da intervenção dietética hipocalórica na ovulação em mulheres obesas com SOP. *Reprodução (Cambridge, Inglaterra)*. **News medical**. 2014. Disponível em Internet: <http://www.news-medical.net/>

ORIO F, *et al.* Cardiopulmonary impairment in young women with polycystic ovary syndrome. **J Clin Endocrinol Metab**. 91 (8) p. 2967-71, 2006.

MUSSI FC, *et al.* Fatores que interferem na inatividade física total em mulheres com excesso de peso. **Rev Rene**, v. 22, 2021

NASCIMENTO TS, *et al.* Padrão de atividade física em mulheres com excesso de peso. **Rev baiana enferm.**, 2018.

PETRAGLIA, F., SEROUR, G., CHAPRON, C. – The changing prevalence of infertility. **International Journal of Gynecology and Obstetrics**. (2013) 54-58.

REYES-MUÑOZ, E. *et al.* Association of obesity and overweight with the prevalence of insulin resistance, pre-diabetes and clinical–biochemical characteristics among infertile Mexican women with polycystic ovary syndrome: a cross-sectional study. **BMJ open**, v.6, n.7, 2016.

SOARES, T.V.M. *et al.* **Estilos de vida e a sua repercussão na fertilidade.** 2018. Tese de Doutorado. Universidade de Coimbra.

VASQUEZ, M.C. *et al.* Papel do exercício físico associado ou não a dieta, sobre parâmetros reprodutivos em obesas inférteis: revisão sistemática. **Revista Varia Scientia – Ciências da Saúde**, v. 7, n. 1, 2021.