



Gestantes e suplementação: análise dos principais suplementos utilizados e o papel do farmacêutico no cuidado materno-fetal

Pregnant women and supplementation: analysis of the main supplements used and the role of the pharmacist in maternal-fetal care

Gestantes y suplementación: análisis de los principales suplementos utilizados y el papel del farmacéutico en el cuidado materno-fetal

Raynara Martins Chaves Leal

Graduanda em Farmácia

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585, St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: raynarafarma0@gmail.com

Ketly Bruna Ribeiro Costa

Graduanda em Farmácia

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585, St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: ketly.b.r.costa@unirg.edu.br

Millena Pereira Xavier

Mestre em Gestão de Políticas Públicas

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585, St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: millena@unirg.edu.br

Lorena Braz de Oliveira

Mestre em Farmacologia

Instituição: Centro Universitário Facid Wyden

Endereço: R. Veterinário Bugyja Brito, 1354, Horto, Teresina - PI, Brasil,

CEP: 64052-410

E-mail: lorenabraz14@gmail.com

**Kerlley Franciane Câmara Chaves**

Graduanda em Farmácia

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585, St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: kerlley.f.c.chaves@unirg.edu.br

Delma da Silva Lima

Especialista em Estética Avançada

Instituição: Universidade de Gurupi (UNIRG)

Endereço: Av. Rio de Janeiro, 1585, St. Central, Gurupi - TO, Brasil,

CEP: 77403-090

E-mail: corpoemente91@gmail.com

Ceres Lima Batista

Doutoranda em Biotecnologia

Instituição: Centro Universitário Facid Wyden

Endereço: R. Veterinário Bugyja Brito, 1354, Horto, Teresina - PI, Brasil,

CEP: 64052-410

E-mail: ceresbatl@gmail.com

Elenise Penha Viveiros

Graduada em Farmácia

Instituição: Centro Universitário Facid Wyden

Endereço: R. Veterinário Bugyja Brito, 1354, Horto, Teresina - PI, Brasil,

CEP: 64052-410

E-mail: prof.elenisepenha@gmail.com

RESUMO

A gestação é um período de intensas transformações fisiológicas que aumentam a demanda por micronutrientes essenciais, como ferro, ácido fólico, cálcio e vitamina D. A deficiência desses nutrientes pode causar complicações graves, como malformações congênitas, parto prematuro e baixo peso ao nascer. Nesse contexto, a suplementação nutricional se torna indispensável, desde que feita sob orientação profissional. O farmacêutico assume papel fundamental nesse processo, orientando quanto ao uso racional dos suplementos e prevenindo interações medicamentosas e efeitos adversos. Este estudo teve como objetivo analisar os principais suplementos utilizados por gestantes, seus benefícios e riscos, além de identificar a importância da atuação do farmacêutico na promoção do uso racional e seguro desses produtos. Trata-se de uma revisão narrativa de literatura com busca nas bases PubMed/MEDLINE, SciELO e LILACS/BVS, abrangendo o período de 2019 a 2024. A análise evidenciou que o acompanhamento farmacêutico é essencial para a segurança e eficácia da suplementação, contribuindo para a prevenção de deficiências nutricionais, a adequação das doses e a minimização de riscos à saúde materno-fetal. Conclui-se que a suplementação, quando orientada por profissionais qualificados, especialmente o farmacêutico, promove uma gestação mais segura e saudável.



Palavras-chave: suplementação, gestação, farmacêutico, saúde materno-fetal, atenção farmacêutica, nutrição.

ABSTRACT

Pregnancy is a period of intense physiological changes that increase the demand for essential micronutrients such as iron, folic acid, calcium, and vitamin D. The deficiency of these nutrients can cause serious complications such as congenital malformations, premature birth, and low birth weight. In this context, nutritional supplementation becomes indispensable, provided it is conducted under professional guidance. The pharmacist plays a key role in this process by guiding the rational use of supplements and preventing drug interactions and adverse effects. This study aimed to analyze the main supplements used by pregnant women, their benefits and risks, and to highlight the importance of the pharmacist's role in promoting the rational and safe use of these products. It is a narrative literature review based on searches in PubMed/MEDLINE, SciELO, and LILACS/BVS databases, covering the period from 2019 to 2024. The analysis showed that pharmaceutical follow-up is essential for the safety and effectiveness of supplementation, contributing to the prevention of nutritional deficiencies, dose adjustment, and reduction of maternal-fetal health risks. It is concluded that supplementation, when guided by qualified professionals—especially pharmacists—promotes a safer and healthier pregnancy.

Keywords: supplementation, pregnancy, pharmacist, maternal-fetal health, pharmaceutical care, nutrition.

RESUMEN

El embarazo es un período de intensas transformaciones fisiológicas que aumentan la demanda de micronutrientes esenciales como hierro, ácido fólico, calcio y vitamina D. La deficiencia de estos nutrientes puede causar complicaciones graves, como malformaciones congénitas, parto prematuro y bajo peso al nacer. En este contexto, la suplementación nutricional se vuelve indispensable, siempre que sea realizada bajo orientación profesional. El farmacéutico desempeña un papel fundamental en este proceso, orientando sobre el uso racional de los suplementos y previniendo interacciones medicamentosas y efectos adversos. El objetivo de este estudio fue analizar los principales suplementos utilizados por mujeres embarazadas, sus beneficios y riesgos, e identificar la importancia de la actuación del farmacéutico en la promoción del uso racional y seguro de estos productos. Se trata de una revisión narrativa de la literatura con búsqueda en las bases PubMed/MEDLINE, SciELO y LILACS/BVS, abarcando el período de 2019 a 2024. El análisis mostró que el seguimiento farmacéutico es esencial para la seguridad y eficacia de la suplementación, contribuyendo a la prevención de deficiencias nutricionales, la adecuación de dosis y la reducción de riesgos para la salud materno-fetal. Se concluye que la suplementación, cuando es orientada por profesionales calificados, especialmente el farmacéutico, promueve un embarazo más seguro y saludable.



Palabras clave: suplementación, embarazo, farmacéutico, salud, materno-fetal, atención farmacéutica, nutrición.

1 INTRODUÇÃO

A gestação é uma fase marcada por profundas transformações fisiológicas e nutricionais, exigindo maior aporte de micronutrientes como ferro, ácido fólico, cálcio e vitamina D, essenciais para o desenvolvimento fetal e a saúde materna. A deficiência desses nutrientes pode gerar complicações como malformações congênitas, parto prematuro e baixo peso ao nascer, o que torna a suplementação nutricional uma medida indispensável, desde que devidamente acompanhada por profissionais de saúde. Nesse contexto, o farmacêutico exerce papel relevante na orientação, prescrição responsável, prevenção de interações medicamentosas e monitoramento das doses. O estudo destaca a importância de compreender o impacto da suplementação durante a gravidez, enfatizando o papel do farmacêutico na garantia de uma gestação segura e saudável.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A gestação é um processo fisiológico que requer adaptações metabólicas intensas e uma atenção especial às necessidades nutricionais. Durante esse período, o corpo feminino aumenta a demanda por micronutrientes essenciais, fundamentais para o desenvolvimento fetal e para a manutenção da saúde da mãe. A literatura científica mostra consenso de que a deficiência ou o excesso desses nutrientes pode gerar consequências graves, o que reforça a importância do acompanhamento profissional e da suplementação orientada (Oliveira, 2019; Garcia e Andrade, 2022; Martinez e Macêdo, 2023).



2.1 DEMANDAS NUTRICIONAIS E IMPORTÂNCIA DA SUPLEMENTAÇÃO NA GESTAÇÃO

Durante a gestação, há um aumento significativo das necessidades nutricionais, especialmente de ferro, ácido fólico, cálcio e vitamina D. Esses nutrientes desempenham papéis fundamentais no desenvolvimento fetal e na prevenção de complicações como malformações, parto prematuro e anemia materna (Pazza; Maciel, 2020; Martinez e Macêdo, 2023).

O ácido fólico é indispensável para a formação do tubo neural e deve ser suplementado ainda no início da gravidez (Ildefonso; Domingos; Frias, 2021). O ferro é essencial para a formação da hemoglobina e prevenção da anemia ferropriva (Miranda, 2019). Já o cálcio e a vitamina D atuam na formação óssea e na regulação da pressão arterial, enquanto o ômega-3 contribui para o desenvolvimento cerebral e visual do bebê (Cabral et al., 2023).

Os estudos apontam que a alimentação isoladamente nem sempre é suficiente para atender às demandas gestacionais, sobretudo em populações com baixo acesso a alimentos variados. Nesses casos, a suplementação se torna uma estratégia complementar, devendo ser prescrita conforme a necessidade individual da gestante (Araújo, 2023).

2.2 RISCOS E DESAFIOS DO USO INADEQUADO DE SUPLEMENTOS

Embora os benefícios da suplementação sejam amplamente reconhecidos, o uso inadequado de vitaminas e minerais pode gerar efeitos adversos e interações medicamentosas. A vitamina A, por exemplo, em doses excessivas, está associada a malformações fetais (Garcia e Andrade, 2022). O uso incorreto de ferro pode causar distúrbios gastrointestinais e interferir na absorção de outros nutrientes, enquanto o excesso de cálcio pode afetar a biodisponibilidade de magnésio e zinco (Viveiros et al., 2021).

Esses riscos evidenciam a necessidade de orientação profissional constante e de acompanhamento durante o pré-natal. Segundo Guedes, Brito e



Silva (2020), a falta de monitoramento adequado ainda é uma realidade em muitos contextos, o que reforça a importância do trabalho integrado entre médicos, nutricionistas e farmacêuticos.

Apesar de existir consenso quanto à relevância da suplementação, a literatura ainda apresenta lacunas sobre a definição de protocolos padronizados. Autores como Oliveira (2022) e Pires et al. (2021) apontam que há divergências quanto ao momento ideal de início, duração e dosagem dos suplementos, o que indica a necessidade de mais estudos clínicos e diretrizes específicas.

2.3 O PAPEL DO FARMACÊUTICO NA SUPLEMENTAÇÃO GESTACIONAL

O farmacêutico tem se destacado como um profissional essencial na atenção à saúde da gestante, atuando na orientação, prescrição responsável e prevenção de interações medicamentosas (silva, 2024). Esse profissional é responsável por promover o uso racional dos suplementos, ajustando doses, avaliando a adesão ao tratamento e educando a paciente sobre a forma correta de administração (couto, 2021).

De acordo com mello e pauffero (2020), a atenção farmacêutica deve ser contínua e humanizada, contribuindo para reduzir riscos de uso indevido e garantir a eficácia terapêutica. Entretanto, garcia e andrade (2022) destacam que a inserção efetiva do farmacêutico nas equipes de pré-natal ainda é limitada, o que representa uma lacuna prática na atenção materno-fetal.

A ampliação da atuação farmacêutica nas unidades de saúde e farmácias comunitárias representa um avanço importante para o cuidado gestacional, pois garante acompanhamento técnico, promove a segurança da paciente e fortalece a integração com outros profissionais da equipe multidisciplinar.

2.4 SÍNTESE CRÍTICA DA LITERATURA

A análise da literatura revela consenso sobre a importância da suplementação e da atuação farmacêutica para a promoção de uma gestação



saudável. No entanto, persistem contradições relacionadas aos protocolos de uso e à inserção do farmacêutico na prática clínica. Essas divergências reforçam a necessidade de padronização das condutas e de maior incentivo à atenção farmacêutica nos serviços de saúde.

Desse modo, o referencial teórico demonstra que, embora existam avanços significativos na compreensão dos benefícios dos suplementos, ainda há lacunas teóricas e práticas que justificam a relevância de estudos como este, voltados à análise crítica do papel do farmacêutico na segurança e eficácia da suplementação gestacional.

3 METODOLOGIA

O estudo caracteriza-se como uma revisão narrativa de literatura, desenvolvida com o objetivo de reunir e analisar evidências científicas relacionadas ao uso de suplementos nutricionais durante a gestação e ao papel do farmacêutico nesse processo. Esse tipo de revisão permite a síntese crítica de informações disponíveis sobre determinado tema, sem a necessidade de critérios quantitativos rigorosos, mas com base na consistência teórica das publicações analisadas.

A busca bibliográfica foi realizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO e LILACS/BVS, utilizando combinações de descritores controlados (DeCS/MeSH) e termos livres relacionados a gestação, suplementação, farmacêutico, atenção à saúde e atenção farmacêutica. Foram considerados artigos publicados entre 2019 e 2024, em português e inglês, que abordassem o uso de suplementos nutricionais por gestantes.

Os critérios de inclusão compreenderam estudos originais, revisões integrativas e sistemáticas, dissertações e diretrizes clínicas que tratassem da prescrição, riscos, benefícios e acompanhamento profissional no uso de suplementos. Foram excluídos trabalhos duplicados, estudos com animais, publicações sem fundamentação científica e artigos que abordassem fases distintas do ciclo reprodutivo (como lactação ou puerpério).



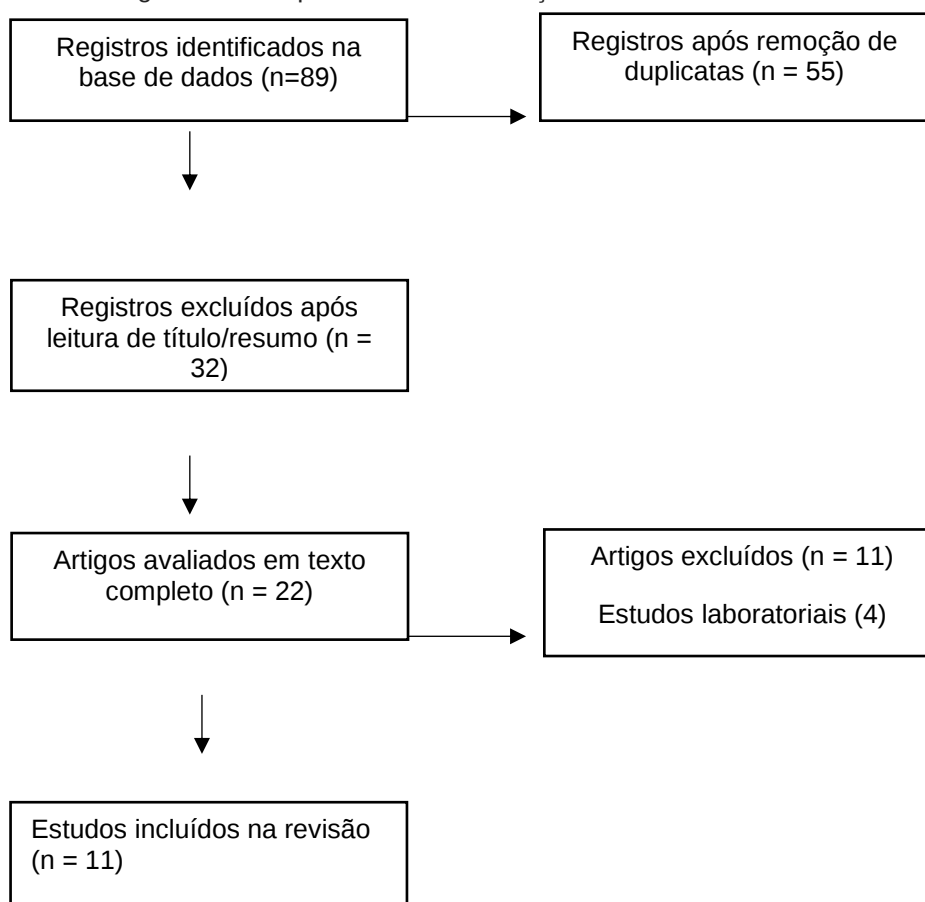
A seleção dos estudos ocorreu em duas etapas:

- a) leitura de títulos e resumos, para triagem preliminar;
- b) leitura completa dos textos selecionados, a fim de confirmar a adequação ao tema e aos critérios estabelecidos.

As informações extraídas foram organizadas em planilhas padronizadas, contemplando dados como autor, ano, tipo de estudo, principais suplementos analisados, evidências sobre o acompanhamento farmacêutico e conclusões.

A análise dos dados foi conduzida de forma descritiva e qualitativa, agrupando os achados conforme os tipos de suplementos, benefícios observados e intervenções farmacêuticas relatadas. Essa abordagem possibilitou a identificação de padrões de uso, potenciais riscos e contribuições do farmacêutico para a segurança da suplementação gestacional.

Fluxograma 1. Etapas da busca e seleção dos estudos incluídos.



Fonte: Elaborado pelos autores (2025).



4 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados obtidos nesta revisão narrativa foram organizados e apresentados de forma descritiva, visando sintetizar as principais evidências encontradas sobre a suplementação nutricional durante a gestação e o papel do farmacêutico nesse contexto. A análise das publicações selecionadas demonstrou que os suplementos mais utilizados pelas gestantes são o ácido fólico, ferro, cálcio, vitamina D, ômega-3, iodo, vitamina B12, magnésio, zinco e vitamina A, conforme apresentado no Quadro 1 e no Quadro 2.

Quadro 1. Tribuição dos estudos segundo o tipo de suplemento e benefícios associados

Autor/Ano	Local do estudo	Tipo de estudo	Principais suplementos indicados	Indícios do acompanhamento farmacêutico	Principais conclusões
Araújo, 2023	João Pessoa (PB)	TCC – análise de rótulo de suplementos	Ácido fólico, ferro, cálcio, vitamina D	Necessidade de orientação profissional sobre uso de suplementos	Suplementação deve ser orientada por profissional de saúde
Oliveira, 2019; Martínez & Macêdo, 2023	Bacabal (MA) / Revisão bibliográfica	TCC / Revisão de literatura	Ácido fólico, ferro, vitamina B12	Riscos do uso inadequado, importância do acompanhamento	Deficiências nutricionais podem causar complicações graves
Garcia & Andrade, 2022; Guedes, Brito & Silva, 2020	Revisão teórica	Artigo de revisão	Ferro, vitamina A, cálcio	Discussão sobre monitoramento farmacêutico e ajuste de doses	O farmacêutico contribui para segurança e eficácia da suplementação
Pires et al., 2021	Portugal	Revisão integrativa	Iodo	Profissional de saúde deve orientar uso seguro	Iodo é essencial para desenvolvimento neurológico fetal
Cabral et al., 2023	São Paulo	Revisão sistemática	Ômega-3 (DHA)	Importância da orientação profissional na dose correta	Ômega-3 auxilia no desenvolvimento cerebral e ocular do bebê
Miranda, 2019	Pelotas (RS)	Tese de doutorado	Ferro e vitaminas	Necessidade de acompanhamento no uso de ferro	Uso inadequado pode aumentar risco de diabetes gestacional
Galveia, 2022	Lisboa (Portugal)	Trabalho de Mestrado	Vitamina D, cálcio	Atenção farmacêutica para prevenir deficiências	Vitamina D e cálcio são fundamentais para saúde materno-fetal



Autor/Ano	Local do estudo	Tipo de estudo	Principais suplementos indicados	Indícios do acompanhamento farmacêutico	Principais conclusões
Ildefonso, Domingos & Frias, 2021	São Paulo	Revisão integrativa	Ácido fólico	Farmacêutico como orientador e monitor	Ácido fólico previne defeitos do tubo neural
Pereira et al., 2022	Brasil	Artigo de revisão	Zinco	Necessidade de acompanhamento individualizado	Zinco é essencial para crescimento celular e imunidade do bebê
Viveiros et al., 2021	Ilha do Faial (Portugal)	Estudo observacional	Magnésio	Atenção profissional para adequação de doses	Magnésio previne câimbras e contribui para metabolismo
Mello & Pauferro, 2020; Silva, 2024	Brasil	Revisão / Relato de experiência	Ferro, cálcio, vitamina D, ômega-3; fitoterápicos (alerta)	Farmacêutico fundamental no uso racional e prevenção de interações	Atenção farmacêutica é indispensável para gestantes em suplementação

Fonte: Elaboração Própria

Quadro 2. Principais suplementos nutricionais e suas implicações na gestação

Suplemento	Posologia recomendada	Autor/Ano	Indicação principal
Ácido Fólico	400 a 800 mcg/dia (iniciar antes da concepção até o 1º trimestre)	Ildefonso, Domingos & Frias, 2021; Araujo, 2023; Oliveira, 2019; Martinez & Macêdo, 2023	Ácido fólico é indicado para o tratamento das anemias megaloblásticas e macrocíticas resultantes da deficiência de folato, homocistinemia, homocistinúria, prevenção de defeitos do tubo neural do feto, especialmente espinha bífida, suplementação na anemia falciforme. (FARMANGUINHOS, 2017)
Ferro	30 a 60 mg/dia (a partir do 2º trimestre ou conforme indicação médica)	Oliveira et al., 2022; Miranda, 2019; Araujo, 2023;	Prevenção e tratamento da anemia ferropriva na gestação. (FARMANGUINHO, 2017); (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013)
Cálcio	1.000 mg/dia (via dieta e/ou suplementação)	Pazza & Maciel, 2020; Araujo, 2023;	Desenvolvimento ósseo e dentário fetal, prevenção de pré-eclâmpsia e desmineralização óssea materna
Vitamina D	600 a 1.000 UI/dia	Oliveira, 2019; Galveia, 2022; Araujo, 2023;	Auxílio na absorção de cálcio e fósforo; prevenção de raquitismo



Suplemento	Posologia recomendada	Autor/Ano	Indicação principal
			no bebê e pré-eclâmpsia na mãe
Ômega-3 (DHA)	200 a 300 mg/dia	Cabral et al., 2023	Desenvolvimento neurológico e visual do feto. (ANVISA, SUPLEMENTO ALIMENTAR ÔMEGA-3, 2020)
Iodo	150 mcg/dia (quando indicado)	Pires et al., 2021	Prevenção de deficiência de iodo e distúrbios da tireoide na gestação. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014)
Vitamina B12	2,6 mcg/dia (necessidade diária na gestação)	Martinez & Macêdo, 2023; Oliveira, 2019	Tratamento da deficiência de vitamina B12, prevenindo anemia megaloblástica na gestação. (ANVISA, BULA DE CIANOCOBALAMINA, 2021)
Magnésio	350 mg/dia	Viveiros et al., 2021	Prevenção e tratamento da eclâmpsia e pré-eclâmpsia em gestantes. (ANVISA, BULA DE SULFATO DE MAGNÉSIO, 2020)
Zinco	11 mg/dia (necessidade média na gestação)	Pereira et al., 2022	Auxilia no desenvolvimento fetal e prevenção de complicações associadas à deficiência de zinco. (ANVISA, BULA DE SULFATO DE ZINCO, 2019)
Vitamina A (com cautela)	Não exceder 3.000 mcg/dia	Garcia & Andrade, 2022	Prevenção e tratamento da deficiência de vitamina A em gestantes com risco identificado. (OMS/MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2001); (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2013)

Observação: As doses são recomendações de bula ou protocolos oficiais e podem variar conforme orientação médica.

Fonte: Dados Primários da Pesquisa (2025).



4.1 INTERPRETAÇÃO E ANÁLISE CRÍTICA DOS RESULTADOS

Os achados evidenciam que há consenso na literatura quanto à importância dos suplementos para o desenvolvimento fetal e a saúde materna. O ácido fólico permanece como o suplemento mais recomendado universalmente, reforçado por autores como ildefonso, domingos e frias (2021), que destacam sua eficácia na prevenção de defeitos do tubo neural. Resultados semelhantes foram observados nos estudos de oliveira (2019), que indicam redução significativa de complicações congênitas quando a suplementação é iniciada precocemente.

O ferro e o cálcio também se destacam pela relevância clínica. Segundo miranda (2019), a deficiência de ferro está entre as principais causas de anemia gestacional, podendo resultar em parto prematuro e baixo peso ao nascer. Já o cálcio e a vitamina d, conforme galveia (2022) e araújo (2023), são fundamentais na prevenção de pré-eclâmpsia e na formação óssea fetal.

No entanto, a literatura também aponta divergências quanto à padronização de doses e duração da suplementação. Autores como pires et al. (2021) e garcia e andrade (2022) alertam que a falta de protocolos clínicos uniformes gera variações significativas entre países e serviços de saúde, o que pode comprometer a adesão e a eficácia terapêutica.

4.2 O PAPEL DO FARMACÊUTICO NA PRÁTICA DA SUPLEMENTAÇÃO

A análise dos estudos revela que o farmacêutico desempenha papel essencial na segurança do uso de suplementos durante a gestação. Silva (2024) e Guedes, Brito e Silva (2020) destacam que esse profissional atua na orientação, prevenção de interações e promoção da adesão ao tratamento, garantindo o uso racional dos produtos.

Entretanto, autores como Garcia e Andrade (2022) apontam que, na prática, a inserção efetiva do farmacêutico nos programas de pré-natal ainda é limitada, o que representa uma lacuna importante na atenção materno-fetal.



Essa constatação evidencia a necessidade de políticas públicas que ampliem a presença do farmacêutico em unidades básicas de saúde e farmácias comunitárias, fortalecendo o cuidado interdisciplinar.

4.3 LIMITAÇÕES DO ESTUDO E PERSPECTIVAS FUTURAS

A principal limitação identificada neste estudo está relacionada ao número reduzido de pesquisas brasileiras sobre a atuação do farmacêutico na suplementação gestacional. A maioria das publicações concentra-se em aspectos nutricionais, com pouca ênfase na prática clínica farmacêutica, o que dificulta a consolidação de diretrizes específicas para o contexto nacional.

Como perspectiva para futuras pesquisas, recomenda-se o desenvolvimento de estudos empíricos e de intervenção, que avaliem o impacto direto da atenção farmacêutica na adesão, segurança e resultados materno-fetais. Além disso, sugere-se o fortalecimento de ações interdisciplinares entre farmacêuticos, médicos e nutricionistas, a fim de otimizar a assistência pré-natal e garantir o uso racional dos suplementos.

4.4 SÍNTESE GERAL DA DISCUSSÃO

De modo geral, os resultados obtidos nesta revisão confirmam que a suplementação nutricional é uma prática essencial e segura quando acompanhada por profissionais capacitados. Entretanto, persistem lacunas na padronização das condutas clínicas e na integração do farmacêutico às equipes de atenção básica.

Os achados reforçam a necessidade de educação em saúde, protocolos clínicos e inserção ampliada do farmacêutico nos serviços de pré-natal, garantindo o uso racional e eficaz dos suplementos. Assim, a discussão aqui apresentada contribui para o avanço do conhecimento científico e para o fortalecimento da atuação farmacêutica na saúde materno-fetal.



5 CONCLUSÃO

A suplementação nutricional durante a gestação constitui uma estratégia essencial para garantir o desenvolvimento saudável do feto e a manutenção da saúde materna. Os resultados desta revisão evidenciaram consenso na literatura quanto à importância de micronutrientes como ácido fólico, ferro, cálcio, vitamina D e ômega-3, que desempenham papéis decisivos na prevenção de anomalias congênitas, anemia e complicações obstétricas.

No entanto, observou-se a existência de lacunas científicas e práticas relacionadas à padronização de doses, tempo de uso e acompanhamento das gestantes, o que reforça a necessidade de protocolos clínicos mais consistentes.

O farmacêutico, por sua vez, desponta como um profissional fundamental na promoção do uso racional desses suplementos, atuando de forma educativa, preventiva e colaborativa com as demais áreas da saúde. Sua inserção efetiva nos programas de pré-natal representa um avanço para a segurança terapêutica e para o fortalecimento da atenção farmacêutica no contexto materno-fetal.

Conclui-se, portanto, que o sucesso da suplementação gestacional depende da integração interdisciplinar entre os profissionais de saúde, do acompanhamento contínuo das gestantes e da valorização da prática farmacêutica, que juntos contribuem para uma gestação mais segura, saudável e baseada em evidências científicas.



REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L. E. Q. **Análise do rótulo de suplementos vitamínicos indicados para mulheres grávidas**. Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdades Nova Esperança – FACENE. João Pessoa, 2023.

ARAÚJO, M. S. et al. A importância da atividade física durante a gravidez e o puerpério para a saúde da mulher. **Brazilian Journal of Development**. 9(9), p. 1-18; 2023.

ASSADI, N. et al. Effects of prophylactic iron supplementation on outcome of nonanemic pregnant women: a non-randomized clinical trial. **Critical Care Medicine**. v.82, ed.11, p. 840-844, nov. 2019.

BRAGA, A. F. N. et al. Consumo de suplementos alimentares e perfil antropométrico de mulheres frequentadoras de uma academia no município de Visconde do Rio Branco-MG. **Revista Científica UNIFAGOC**. 1(1), p. 2525-488, 2020.

CABRAL, B. P. et al. **Suplementação de ômega-3 na gestação e na lactação: uma revisão sistemática da literatura**. 2023. Trabalho de conclusão de curso (Curso Técnico em Nutrição e Dietética) - Escola Técnica Estadual ETEC Irmã Agostina (Jardim Satélite - São Paulo), São Paulo, 2023.

CARVALHO, F. F. et al. Apoio social entre puérperas de risco: associação com características sociodemográficas e clínicas. **Impact of Food Insecurity on Health Outcomes**. 29(2), p. 1-14; 2024.

COUTO, A. F. B. **O aconselhamento farmacêutico na gravidez e amamentação**. Relatório de Estágio e Monografia entregue à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra, Farmácia Pimentel. Braga, 2021.

FERREIRA, D. M. A. et al. Consumo de suplementos por praticantes de musculação: em busca da saúde ou do corpo perfeito? **Lecturas: Educación Física y Deportes**. 2020, 25(266), 24-29.

GALVEIA, M. A. B. **Nutrição e suplementação no período gestacional**. Trabalho Final de Mestrado Integrado, Ciências Farmacêuticas. Universidade de Lisboa, Faculdade de Farmácia, 2022.

GARCIA, N. S.; ANDRADE, L. G. O Farmacêutico e suas atribuições na farmácia comercial. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 4, p. 792-803, 2022.

GUEDES, D. de C. V.; BRITO, S. A.; SILVA, D. R. A importância do cuida do farmacêutico em mulheres no período gestacional. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 9, n. 7, p. e714974626, 2020.



ILDEFONSO, H. A. S.; DOMINGOS, R. F. F.; FRIAS, A. M. A. **Influência da suplementação de ácido fólico ao nível da díade mãe/filho: uma revisão integrativa.** Editora Científica Digital. São Paulo: 2021.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos da Metodologia Científica.** 9 ed. Editora Atlas: 2021.

MARTINEZ, G. M.; MACÊDO, P. P. R. Impactos da vitamina B12 para a mãe e sua prole: revisão de literatura. **Revista Eletrônica Acervo Saúde.** 8(12), p. 1-8; 2023.

MELO, G. B. de. **Assistência de enfermagem à mulher em situação de rua no ciclo gravídico-puerperal: uma revisão de literatura.** Caderno De Graduação - Ciências Biológicas E Da Saúde - UNIT - ALAGOAS, 5(2), 71. 2019.

MELLO, R. C.; PAUFERRO, M. R. V. Educação em saúde para a promoção do uso racional de medicamentos e as contribuições do farmacêutico neste contexto. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 5, p. 32162-32173, 2020.

MIRANDA, V. I. A. **Suplementação de vitaminas e sais de ferro na gestação: associação com Diabetes Mellitus Gestacional.** Tese Doutorado — Programa de Pós-Graduação em Epidemiologia, Faculdade de Medicina, Universidade Federal de Pelotas. 196 f. 2019.

OLIVEIRA, A. A. et al. Protocolo de suplementação de ferro na gestação: uma revisão sistemática. **Brazilian Journal of Development**, v. 8, n. 5, p. 39816-39827, 2022.

OLIVEIRA, H. M.; DE ALMEIDA, K. C.; AMÂNCIO, N. de F. G. O papel dos suplementos alimentares nas metas nutricionais de praticantes de musculação. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 2, p. 6284–6296, 2021.

OLIVEIRA, S. J. **A importância do consumo de alimentos ricos em vitamina C no desenvolvimento fetal e na gravidez.** Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Faculdade Pitágoras (2019). Bacabal – MA. disponível em: <https://repositorio.pgsscogna.com.br//handle/123456789/35276>. Acesso em: 12 set. 2024.

PAIVA, A. de M. G. et al. **Representações sociais da violência obstétrica para puérperas e profissionais da saúde: análise fatorial de correspondência.** Cogitare Enfermagem, 27, 2022.

PAZZA, A. C. V.; MACIEL, C. L. Z. Suplementação gestacional de puérperas internadas em um hospital particular na cidade de Cascavel – PR. **Breastfeeding: Epidemiology, Mechanisms, and Health Outcomes.** 2(3), p. 1-17; 2020.



PEDRAZA, D. F.; LINS, A. C. Complicações clínicas na gravidez: uma revisão sistemática de estudos com gestantes brasileiras. **Associação Brasileira de Saúde Coletiva**. 26(3), p. 1-19; 2021.

PEREIRA, C. de C.; HERINGER, P. N.; SOUZA, Ágna R. S. de; SANTOS, F. T. dos.; TEIXEIRA, Y. A suplementação de zinco na gestação e sua relação comas demais doenças crônicas não transmissíveis. **Research, Society and Development**, [S. l.], v. 11, n. 5, p. e29011527780, 2022.

PIRES, A. L. et al. Suplementação com iodo na gravidez: há benefício para as crianças? **AIMGF MAGAZINE**. 11(2), p. 22-35; 2021.

SALOMÃO, J. et al. O Uso de suplementos e ingestão proteica por praticantes de musculação. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 5, n. 5, p. 19311–19322, 2022.

SANTOS, V. D.; CANDELORO, R. J. **Trabalhos Acadêmicos: Uma orientação para a pesquisa e normas técnicas**. Porto Alegre/RS: AGE Ltda, 2006.

SCHMIDER, K. **87% das mulheres adotam os suplementos alimentares nos cuidados com a saúde**. 2022. Disponível em: <https://abiad.org.br/87-das-mulheres-adotam-os-suplementos-alimentares-nos-cuidados-com-a-saudesuplementacao-br-14-03-2022-web/>. Acesso em: 28 set. 2024.

SILVA JÚNIOR, L. C.; PEREIRA, E. A. A. **Efeito de um suplemento termogênico na composição corporal de praticantes de musculação**. Artigo entregue à Fundação de Ensino e Pesquisa do Sul de Minas – FEPESMIG. 2018.

SILVA, M. P. da; VIANA, M. R. P. Assistência de Enfermagem no parto humanizado. **RevPreInfec e Saúde**. 2018; 4:6887.

SILVA, V. M. G. da. **Dispensação de suplementos alimentares: uma revisão sobre aspectos legais, clínicos e atuação do farmacêutico**. Trabalho de conclusão de curso apresentado ao Curso de Bacharelado em Farmácia da Universidade Federal de Campina Grande. Cuité, 2024.

VASSIMON, H. S.; SANTOS, C. M.; COSSI, J. M. O.; MANIGLIA, F. P. Características da gravidez e lactação de mulheres atendidas em um banco de leite humano. **Maternal and Child Nutrition in Developing Countries**. 11(1), P. 1-15; 2020.

VIVEIROS, F. et al. Perfil de suplementação antes e durante a gestação: estudo de acompanhamento na ilha do faial. **ACTA Portuguesa de Nutrição**. 26(1), p. 6-9; 2021.