

ATUAÇÃO DO FARMACÊUTICO NO USO DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

Ciências da Saúde, Volume 29 - Edição - 146/MAI 2025 / 11/05/2025

REGISTRO DOI: 10.69849/revistaft/ni10202505111354

Natallia Moreira Lopes Leão¹; Dheysson Lucas Borges Duarte²; Jordana Barbosa da Glória Siquiera³; Eliane Borges Da Silva Duarte⁴; Lorryayne Ferreira Da Silva⁵; Solange Maria Noletto Soares Antunes⁶; Caroline Vieira Carvalho⁷; Thales Guilherme Silva Campos⁸

RESUMO

Introdução: O crescimento do consumo de Suplementos Alimentares vem aumentando e se popularizando, em conjunto com a prática de atividade física. Muitos atletas e praticantes de atividade física vem consumindo os mais diversos suplementos a fim de obterem melhor forma física e desempenho em competições. A administração do mesmo sem orientação profissional e acompanhamentos, pode acarretar posteriormente problemas de saúde. **Objetivo:** Descrever a da atuação do farmacêutico no uso de suplementos alimentares. **Materiais e Métodos:** Foi realizada uma revisão de literatura integrativa, onde foram coletados os resultados dos principais estudos contidos nas bases de dados científicas BVS, Science Direct e Pubmed nas línguas portuguesa e inglesa. **Resultados e Discussão:** Foram selecionados 11 artigos que se enquadravam nos objetivos e nos critérios de inclusão. Elaborou-se um quadro com o propósito de apresentar de forma objetiva as principais

informações coletadas. **Considerações Finais:** A atuação do farmacêutico no uso de suplementos alimentares enfrenta desafios, como a falta de padronização nas informações, a variedade de produtos e lacunas no conhecimento específico. Isso destaca a importância de capacitações contínuas e uma formação direcionada, garantindo orientações seguras e baseadas em evidências. O investimento no aprimoramento técnico e científico dos farmacêuticos é essencial para que possam desempenhar seu papel nesse setor em crescimento.

Palavras-chave: Suplementos Alimentares. Desempenho Físico. Atividade Física. Atenção Farmacêutica.

1 INTRODUÇÃO

A prática de atividade física é essencial para a promoção da saúde e qualidade de vida das pessoas, além de ser importante para o desenvolvimento humano em todas as fases da vida (Lopes *et al.*, 2024). Os benefícios das atividades físicas vão além da perda de peso, abrangendo melhora de fatores de risco para doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) como as doenças cardiovasculares, metabólicas, psiquiátrica (como depressão e ansiedade) e câncer. Além disso, contribuem para a aprendizagem e capacidade de julgamento (Raiol, 2020; WHO, 2021).

Segundo o Ministério da Saúde (MS), a atividade física pode ser definida como qualquer atividade voluntária que gere gasto energético, como se deslocar, realizar atividades diárias de rotina, realizar atividades de lazer e praticar exercícios físicos (Brasil, 2021).

Exercícios físicos, portanto, consistem na prática da atividade física de forma estruturada e com movimentos planejados, cujo objetivo abrange manter ou melhorar a capacidade e/ou desempenho físico (Carvalho, 2019). Assim, para atingir a alta performance, têm sido cada vez mais comum a utilização de suplementos alimentares no meio *fitness* e esportivo (Harty *et al.*, 2018).

Os suplementos alimentares podem ser definidos como uma fonte concentrada de substâncias necessárias ao organismo como vitaminas, sais minerais, ácidos graxos, com objetivo de complementar alguma deficiência alimentar. São comumente comercializados como substâncias ergogênicas, que são capazes de aumentar significativamente a performance física (Alves; Portela; Costa, 2022). Os mais utilizados nas atividades físicas incluem proteínas, aminoácidos, creatina, cafeína, vitaminas, entre outros (Oliveira; Santos; Silva, 2017).

No Brasil e no mundo o consumo dos suplementos tem se mostrado crescente entre os praticantes de exercícios e, especialmente, dos atletas de alta performance. De acordo com a Associação Brasileira de Indústria de Alimentos para Fins Especiais e Congêneres (Abiad), a venda de suplementos à base de proteína, por exemplo, aumentou 10% na pandemia por Covid-19, sendo em 59% dos lares brasileiros havia no mínimo uma pessoa consumindo suplementos (Abiad, 2021).

Dentre os atletas que utilizam a suplementação como recurso para melhorar seu desempenho, encontram-se os fisiculturistas. O fisiculturismo constitui uma modalidade esportiva em que o atleta prioriza o treino de força com o intuito de promover hipertrofia muscular e baixos níveis de gordura, obtendo uma forma corporal harmônica (Fernandes *et al.*, 2020).

Contudo, o uso indiscriminado dessas substâncias pode acarretar prejuízos à saúde dos atletas. Muitos deles utilizam essas substâncias de forma errada, sem orientação e supervisão de um profissional habilitado para a prescrição dos referidos e, principalmente, influenciados pela mídia e pelos resultados de outros atletas (Lopes *et al.*, 2024).

Nesse contexto, surgiu a necessidade de explorar essa temática visto que cabe aos profissionais de saúde, e entre eles o farmacêutico, informar e orientar o atleta/desportista sobre o uso adequado dos suplementos em

geral. Uma vez que o uso deve ser orientado quanto a dosagem, a influência dos alimentos e a interação com outros medicamentos.

O consumo de Suplementos Alimentares tem crescido significativamente, de tal modo que tem sido comum praticantes de exercícios físicos em academia e profissionais de alta performance, como os fisiculturistas, relatarem que fazem uso de pelo menos uma substância. É comum que na prática essas substâncias sejam utilizadas de forma indiscriminada, sem orientação e supervisão de um profissional, o que pode comprometer a saúde do indivíduo.

Assim sendo, o estudo é de suma importância visto ser uma área que pouco tem sido comentada, e a Atenção Farmacêutica identifica e avalia problemas/riscos relacionados à segurança, efetividade e desvios da qualidade dos Suplementos Alimentares, por meio do acompanhamento/seguimento farmacoterapêutico. A partir da perspectiva apresentada, essa pesquisa teve como objetivo descrever a atuação do farmacêutico no uso de suplementos alimentares.

2 METODOLOGIA

A presente pesquisa foi conduzida por meio de uma revisão integrativa, descritiva e exploratória. Conforme Ercole, Melo e Alcoforado (2014), a revisão integrativa é uma abordagem metodológica ampla que permite a inclusão de estudos experimentais e não-experimentais, possibilitando uma compreensão mais completa dos fatos.

Além disso, a pesquisa desenvolveu uma abordagem descritiva, conforme Malhotra et al., (2019), que consiste na observação, registro e análise dos fatos com o objetivo de descrever funções ou características do treinamento. Essa abordagem foi marcada pela formulação de hipóteses específicas que nortearam a investigação.

No que se refere aos objetivos, a pesquisa se baseou no método exploratório, cujo propósito foi aprofundar o conhecimento sobre o tema

em questão, proporcionando uma melhor delimitação do problema, direcionando os objetivos e auxiliando na formulação de hipóteses (Prodanov; Freitas, 2013).

Para alcançar os objetivos propostos, foram realizadas leituras e fichamentos em diversas publicações, incluindo artigos científicos, com a utilização dos bancos de dados Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Science Direct e PubMed. A pesquisa incluiu artigos publicados entre 2017 e 2024, utilizando os descritores: suplementos alimentares, desempenho físico, atividade física e Atenção Farmacêutica.

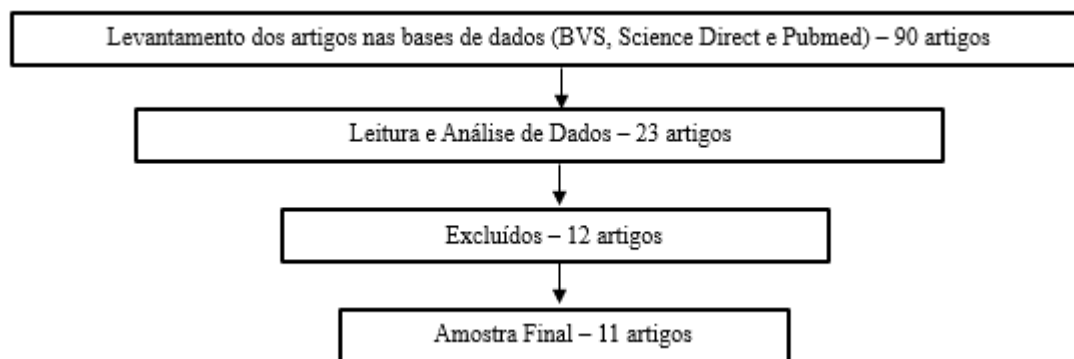
Foram excluídos artigos indisponíveis na íntegra nas bases de dados, bem como aqueles que não estavam alinhados ao tema da pesquisa ou que incluíram custos financeiros para aquisição.

Os dados coletados foram analisados e apresentados na forma de texto descritivo, com o propósito de atender os objetivos da pesquisa, inferindo o que os diferentes autores ou especialistas escreveram sobre o tema. Este estudo foi desenvolvido sem a necessidade de submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa envolvendo seres humanos, resolução do CNS (466/2012), por se tratar de uma revisão cuja informações foram obtidas em materiais já publicados e disponibilizados na literatura.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a realização da pesquisa, foram selecionados 11 artigos que se enquadravam nos objetivos e nos critérios de inclusão (Figura 1).

Figura 1 – Fluxograma da seleção dos artigos.



Fonte: Autores da Pesquisa (2025).

Formulou-se um quadro abrangendo o autor, o ano, o objetivo, o resultado, além do desenho do estudo e o país de publicação, com o propósito de apresentar de forma objetiva as principais informações coletadas dos artigos referentes a temática em estudo, bem como propiciar uma melhor compreensão acerca da discussão dos resultados encontrados da presente pesquisa.

Quadro 1 – Estudos relacionados a da atuação do farmacêutico quanto ao uso de suplementos alimentares (2017 a 2024).

Autores	Ano	Objetivo	Resultado	Desenho	País
Gomes AM <i>et al.</i>	2017	Analisar o consumo de suplementos utilizados por praticantes de atividades físicas na academia do município de Cananéia-SP.	A pesquisa, feita com 60 frequentadores de uma academia, revelou que 53% consomem suplementos diariamente. A maioria faz uso sem orientação profissional, comprando e utilizando por conta própria. Entre os que buscaram orientação, o farmacêutico foi um dos mais procurados, possivelmente porque metade (50%) das compras foi feita em farmácias.	Estudo quali-quantitativo	Brasil
Rabelo DM, Oliveira JGB	2018	Detectar se os praticantes de exercício físico em Dorcas do Indaiá estão recebendo a devida orientação sobre o uso de suplementos e, determinar os principais suplementos utilizados na referida academia e sua frequência de uso.	O estudo analisou 50 praticantes de atividades físicas, majoritariamente homens (80%), com idades entre 17 e 49 anos. A maioria (80%) utilizava mais de dois tipos de suplementos alimentares, mas 66% não contavam com orientação profissional. Entre os que receberam orientação (34%), a maioria foi aconselhada por instrutores (70,59%) ou amigos (23%), sendo apenas 5,88% orientados por nutricionistas. Os dados destacam a importância do acompanhamento profissional para o uso seguro de suplementos.	Estudo quali-quantitativo	Brasil
Howard MS <i>et al.</i>	2018	Identificar os interesses dos atletas em receber conselhos sobre suplementos esportivos de um farmacêutico em um ambiente de supermercado e identificar o conhecimento, a confiança e o entusiasmo dos farmacêuticos para fornecer aconselhamento sobre vários suplementos esportivos.	A pesquisa com atletas contou com 129 participantes, dos quais a maioria obteve informações sobre suplementos esportivos em lojas especializadas, com apenas 2% diminuindo o uso de produtos farmacêuticos para obter orientações. Embora 52% dos atletas tenham mencionado que considerariam conversar com um medicamento sobre suplementos, 66% indicaram que a percepção do nível de condicionamento físico da alimentação afetaria sua decisão de abordá-lo. A pesquisa com farmacêuticos teve 143 participantes, e seus conhecimentos, confiança e entusiasmo sobre o tema foram avaliados em uma escala Likert de 5 pontos. As médias foram 2,49 (média 0,89) para conhecimento, 2,61 (média 0,94) para confiança e 3,54 (média 0,87) para entusiasmo. Um total de 92% dos farmacêuticos (130 participantes) acreditam que seria benéfico fornecer aconselhamento sobre suplementos esportivos. As principais barreiras apontadas foram a falta de conhecimento, evidências e tempo.	Estudo transversal	Estados Unidos
Ghosn AS <i>et al.</i>	2019	Promover um pódio para avaliar o conhecimento, atitudes e práticas profissionais de farmacêuticos comunitários sauditas em aconselhar pacientes sobre o uso seguro de suplementos alimentares.	O estudo envolveu 102 farmacêuticos. A média de conhecimento subjetivo foi de 62,45%, e metade teve bom ou excelente desempenho na avaliação objetiva sobre vitaminas. A maioria (66,67%) acredita ser importante que farmacêuticos tenham conhecimento sobre suplementos vitamínicos, e 81,37% orientam os pacientes sobre possíveis efeitos adversos.	Estudo descritivo transversal	Arábia Saudita
Harnett JE <i>et al.</i>	2019	Obter percepções de farmacêuticos e principais partes interessadas sobre as	Os principais resultados da pesquisa apontaram quatro áreas-chave para melhorar o uso de suplementos dietéticos por	Estudo Transversal	Estados Unidos

		ações necessárias para permitir que farmacêuticos desempenhem uma função profissional relacionada ao uso de suplementos alimentares.	farmacêuticos: (1) necessidade de mais educação e treinamento; (2) estratégias para assegurar a segurança e a qualidade dos suplementos; (3) aprimoramento dos recursos disponíveis no local de trabalho; e (4) incentivo à pesquisa sobre suplementos alimentares.		
Ung COL <i>et al.</i>	2019	Determinar o nível de consciência dos farmacêuticos sobre o uso de suplementos alimentares e conhecimento de potenciais benefícios e danos; Identificar a responsabilidade percebida dos farmacêuticos no cuidado de pacientes em relação ao uso de suplementos alimentares; e Explorar como os farmacêuticos estão incorporando o uso de suplementos alimentares em sua prática atual.	Os participantes relataram que os pacientes geralmente escolhem e compram suplementos alimentares por conta própria, frequentemente junto com medicamentos convencionais. Demonstraram preocupação com a regulamentação, eficácia e segurança desses produtos. Apesar de reconhecerem sua responsabilidade ética e profissional no aconselhamento sobre suplementos, a maioria dos farmacêuticos acredita que a prática não será amplamente adotada em breve, devido a diversas barreiras.	Estudo qualitativo	Estados Unidos
Alshahrani A	2020	Determinar o conhecimento, as atitudes e a prática de farmacêuticos comunitários em relação ao fornecimento de aconselhamento sobre vitaminas e tratamento de deficiências nutricionais na Arábia Saudita.	O estudo contou com a participação de 1.041 farmacêuticos e revelou que a maioria dos farmacêuticos comunitários na Arábia Saudita possui bom conhecimento e atitude positiva em relação às vitaminas e suplementos nutricionais. Cerca de 86,4% receberam treinamento na área, e a maioria orienta os pacientes sobre possíveis efeitos colaterais desses produtos.	Estudo transversal	Arábia Saudita
Alshahrani SM	2020	Investigar o conhecimento, as atitudes e as práticas de farmacêuticos comunitários em relação a produtos para redução de peso na região de Aseer, Arábia Saudita.	O estudo contou com a participação de 191 farmacêuticos. O chá verde foi o produto para perda de peso mais prescrito, seguido por aveia e Ginseng. A maioria (85%) desconhecia a aprovação desses produtos pela FDA. Apesar de considerarem os agentes eficazes e seguros, 64,91% defendem sua indicação apenas para obesos que falharam com dieta e exercícios. Mais de 80% ressaltaram a importância de orientar os pacientes e de promover discussões entre profissionais de saúde sobre o tema.	Estudo transversal, qualitativo	Arábia Saudita
Brunelli L <i>et al.</i>	2022	Avaliar o conhecimento, as atitudes e a prática de farmacêuticos que trabalham na Região italiana de Friuli-Venezia Giulia em relação aos suplementos alimentares.	O estudo revelou que o conhecimento sobre suplementos dietéticos entre farmacêuticos é limitado, especialmente entre os mais jovens. A experiência profissional mostrou-se decisiva: apenas 33,3% dos profissionais com até 10 anos de atuação atingiram o nível mínimo de conhecimento, contra 55,6% dos que têm mais de 11 anos. Isso reforça a importância da educação continuada para garantir orientações seguras aos pacientes.	Estudo observacional transversal	Itália
Chiba T	2023	Esclarecer a situação do uso de suplementos alimentares para tratamento de doenças entre pacientes.	A pesquisa mostrou que o uso de suplementos alimentares para tratar doenças variou de 7,7% a 28,2%, sendo mais comum em distúrbios da menopausa. A maioria dos pacientes relatou satisfação com os efeitos	Estudo transversal	Japão

			terapêuticos. A principal motivação para o uso foi a informação obtida na internet. O uso simultâneo com medicamentos variou entre 25,4% e 72,2%, e, apesar de não consultarem profissionais de saúde, os pacientes preferiam discutir esse uso em consultas presenciais.		
Al-Hadi AH, Mikhael EM	2024	Explorar as percepções dos farmacêuticos comunitários sobre a eficácia, segurança e qualidade dos suplementos dietéticos para tratamento de doenças reumáticas (DSTRD) no mercado farmacêutico iraquiano.	Das 20 entrevistas com farmacêuticos, 30% consideraram os DSTRD eficaz, enquanto 75% o acharam seguro. Um quarto avaliou sua qualidade como boa. Todos afirmaram que a prescrição do DSTRD se tornou comum. Onze mencionaram que acordos com empresas farmacêuticas são o principal motivador para sua prescrição. Três quartos orientam os pacientes sobre o uso, mas apenas 10% educam sobre efeitos colaterais e interações.	Estudo qualitativo	Iraque

Fonte: Autores da Pesquisa (2025).

A partir da RDC N° 243 de 26 de julho de 2018, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) reuniu diversas outras categorias de alimentos funcionais, suplementos, vitaminas e minerais em uma única categoria: os suplementos alimentares. Foi considerado o marco regulatório desses produtos (Molin *et al.*, 2019).

De acordo com a Anvisa o objetivo dessa criação foi contribuir para a segurança na comercialização desses produtos, redução da assimetria de informações no mercado, facilitar o controle sanitário e a gestão de risco, facilitar a comercialização e a inovação e simplificar o estoque regulatório vigente. O novo marco regulatório apresenta definições, regras de composição, qualidade, segurança e rotulagem (Brasil, 2021).

Além da referida resolução, outras normatizações contribuem para regulamentar os suplementos, como a Instrução Normativa nº 28, de 26 de julho de 2018, que estabelece listas de constituintes, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar (Brasil, 2018b; Brasil, 2021).

Atualmente não existe regulamentada uma classificação específica para os diversos tipos de suplementos alimentares. Antes do marco regulatório de 2018 os produtos com características não farmacológicas eram categorizados como suplementos vitamínicos e minerais, substâncias bioativas e probióticos, novos alimentos apresentados em formatos farmacêuticos, alimentos com alegações de propriedades funcionais

apresentados em formatos farmacêutico, suplementos para atletas, complementos alimentares para gestantes e nutrízes e medicamentos específicos isentos de prescrição, os quais passaram a integrar uma única categoria a de “Suplementos Alimentares” (BRASIL, 2022).

Embora as categorias descritas tenham sido reunidas na categoria de suplementos, existem outras normatizações que regulam composições específicas dos referidos (Quadro 1).

Quadro 1 – Regulamentação dos Constituintes dos Suplementos.

Tema Específico	Atos Normativos Complementares
Aditivos alimentares e coadjuvantes de tecnologia	RDC N° 239/2018
Rotulagem de alimentos embalados	RDC N° 727/2022
Rotulagem nutricional	RDC N° 360/2003
Padrões microbiológicos	RDC N° 724/2022 IN N° 161/2022
Regularização	RES N° 22/2000 RES N° 23/2000 RDC N° 27/2010
Comprovação de segurança	RES N° 17/1999 RDC N° 241/2018

Fonte: Brasil (2021).

Desde que aprovado, o marco regulatório apresentou algumas atualizações (Quadro 2).

Quadro 2 – Atualização do Marco Regulatório dos Suplementos Alimentares.

Atos Principais	Alterações
RDC nº 243/2018	Art. 5º alterado pela RDC nº 466/2021, para atualizar a remissão aos atos que estabelecem os aditivos e coadjuvantes autorizados.
IN nº 28/2018	Listas de constituintes, limites mínimos e máximos, alegações e rotulagem complementar foram atualizadas pela IN nº 76/2020 e pela IN nº 102/2021.
RDC nº 239/2018	Listas de aditivos e coadjuvantes autorizados foram atualizadas pela RDC nº 281/2019, RDC nº 322/2019, RDC nº 397/2020, RDC nº 437/2020, RDC nº 466/2021 e RDC nº 588/2021.
RDC nº 27/2010	As listas dos alimentos com obrigatoriedade de registro e dispensados de registro foram atualizadas pela RDC nº 240/2018, para inclusão dos suplementos alimentares. Posteriormente, essas listas foram alteradas pela RDC nº 319/2019 e pela RDC nº 460/2020, sem alterações nos requisitos definidos para os suplementos alimentares.

Fonte: Brasil (2021).

A atuação do farmacêutico no que se refere às ações de dispensação ao usuário encontra-se regulamentada na Resolução do Conselho Federal de Farmácia – CFF N° 661, de 25 de outubro de 2018, que dispõe sobre o cuidado farmacêutico relacionado à suplementos alimentares e demais categorias de alimentos na farmácia comunitária, consultório farmacêutico e estabelecimentos comerciais de alimentos e dá outras providências (CFF, 2018).

Na pesquisa realizada por Gomes et al., (2017), no município de Cananéia – SP, evidenciou-se a relevância do farmacêutico como referência profissional na orientação sobre o uso de suplementos alimentares. Observa-se que 21% dos homens e 10% das mulheres buscaram auxílio desse profissional, um percentual superior ao de indivíduos que procuraram um nutricionista, profissional técnico capacitado para especificar e indicar tais produtos. Esse comportamento pode ser justificado pelo fato de que 50% dos consumidores de suplementos adquiriram esses produtos em farmácias, tornando o farmacêutico um dos principais agentes acessíveis para esclarecimento de dúvidas. Os resultados também apontam uma preocupação significativa: a automedicação e o consumo sem qualquer orientação profissional ainda são predominantes, especialmente entre as mulheres, das quais 50% afirmaram não procurar qualquer tipo de aconselhamento.

De acordo com Rabelo e Oliveira (2018), no estudo que realizaram no município de Dores do Indaiá – MG, o farmacêutico é um profissional adequado para fornecer orientações sobre o uso de suplementos alimentares, incluindo seus efeitos farmacológicos, posologia, possíveis soluções adversas e contraindicações. Além disso, sua atuação pode ser integrada a outros profissionais da saúde, promovendo um cuidado interdisciplinar voltado para o bem-estar do indivíduo. Contudo, é essencial que mais estudos sejam conduzidos para aprofundar a compreensão do papel da orientação farmacêutica no uso seguro e eficaz

desses produtos, com Atenção Farmacêutica focada em otimizar, melhorar a saúde e garantir tanto a segurança quanto a eficácia.

Corroborando com o Rabelo e Oliveira (2018) Ghosn et al., (2019) destacam que o farmacêutico desempenha um papel crucial na suplementação alimentar, sendo visto como um profissional responsável por orientar os pacientes sobre o uso seguro de vitaminas e suplementos dietéticos. A pesquisa indicou que a maioria dos farmacêuticos na região de Al-Khobar (Arábia Saudita) considera essencial ter conhecimento sobre suplementos vitamínicos e informar os pacientes sobre possíveis efeitos adversos. Além disso, os farmacêuticos demonstraram uma atitude positiva em relação à sua função de aconselhamento sobre a utilização segura desses suplementos.

A orientação farmacêutica no momento da aquisição de suplementos alimentares em farmácias e drogarias desempenha um papel fundamental na promoção do uso seguro e adequado desses produtos. Podendo prevenir gastos desnecessários, evitar o consumo excessivo, minimizar possíveis efeitos adversos e reduzir o risco de utilização prejudicial, contribuindo para a preservação da saúde dos pacientes a longo prazo (Rabelo; Oliveira, 2018).

No estudo realizado na cidade de Ohio (noroeste dos Estados Unidos), a educação específica sobre suplementos alimentares é crucial tanto para atletas quanto para profissionais de saúde, incluindo farmacêuticos, a fim de abordar questões de segurança e interações medicamentosas. As principais barreiras que os farmacêuticos enfrentam no fornecimento de aconselhamento sobre suplementos esportivos incluem falta de conhecimento (64%), falta de tempo (22%) e falta de evidências sobre eficácia e segurança (14%) (Howard *et al.*, 2018).

No estudo de Harnett et al., (2019) realizado na Califórnia (EUA) os farmacêuticos identificaram várias áreas-chave para melhoria na gestão e recomendação de suplementos alimentares. Primeiro, há uma

necessidade significativa de educação e treinamento contínuos para aprimorar o conhecimento dos farmacêuticos e mantê-los atualizados sobre as últimas pesquisas, diretrizes e melhores práticas. Além disso, desenvolver estratégias para garantir altos padrões em segurança de suplementos alimentares e garantia de qualidade é crucial. Isso inclui implementar melhores medidas de controle de qualidade e garantir a segurança dos produtos disponíveis aos consumidores. Por fim, os farmacêuticos enfatizaram a importância de recursos adequados no local de trabalho, como acesso a informações e ferramentas atualizadas, para dar suporte à sua capacidade de fornecer orientação precisa e confiável aos pacientes. Abordar essas áreas contribuirá para um uso mais seguro e eficaz de suplementos alimentares.

No estudo de Ung et al., (2019) também realizado na Califórnia (EUA), existe uma lacuna significativa entre a conscientização sobre o uso de suplementos alimentares e a adoção de responsabilidades profissionais pelos farmacêuticos nesse contexto. As barreiras identificadas são diversas e complexas, destacando a necessidade de uma abordagem colaborativa entre as principais partes interessadas. Dessa forma, é essencial um esforço coordenado para apoiar os farmacêuticos na implementação de práticas que garantam o uso seguro e adequado desses suplementos.

Os farmacêuticos comunitários na Arábia Saudita demonstram conhecimento adequado e uma atitude positiva em relação a vitaminas e suplementos nutricionais. No entanto, os resultados deste estudo sugerem a necessidade de um foco maior no treinamento para aprimorar as habilidades de comunicação dos farmacêuticos, pois essa habilidade desempenha um papel essencial no aconselhamento e na melhoria das práticas desses profissionais. Para os farmacêuticos, a pesquisa oferece um caminho para apoiar a criação de programas regulares de atualização sobre vitaminas e nutrição, abordando as deficiências observadas entre os farmacêuticos comunitários (Alshahrani, 2020a).

As farmácias comunitárias, na região de Aseer (Arábia Saudita), são consideradas importantes fornecedoras de produtos e suplementos para redução de peso, pois oferecem fácil acesso a prestadores de cuidados de saúde com tempo de espera zero. Esta situação fez suplementos alimentares de peso sem receitas, produtos facilmente acessíveis à população em geral (Alshahrani, 2020b).

O papel do farmacêutico no aconselhamento sobre produtos para redução de peso é crucial, pois eles demonstram atitudes positivas em relação à segurança e eficácia desses produtos. Mais de 80% dos participantes do estudo afirmaram que é fundamental que os profissionais ofereçam orientações sobre os produtos farmacêuticos. Além disso, a maioria dos entrevistados concorda que os farmacêuticos devem discutir regularmente esses produtos com outros profissionais de saúde. Contudo, existe uma preocupação em restringir o uso de agentes redutores de peso em pacientes obesos que não conseguem emagrecer por meio de dieta e exercício, destacando a necessidade de uma educação contínua sobre esses produtos (Alshahrani, 2020b).

O conhecimento dos farmacêuticos sobre suplementos alimentares é considerado baixo, com apenas um terço dos farmacêuticos alcançando o nível mínimo de conhecimento. As principais lacunas de conhecimento incluem a Ingestão Dietética Recomendada (RDA) para a vitamina K, evidências crescentes sobre o papel carcinogênico do uso inadequado de multivitaminas e a possibilidade de que multivitaminas contenham ingredientes tóxicos não rotulados em suplementos dietéticos (Brunelli *et al.*, 2022).

Al-Hadi e Mikael (2024), em sua pesquisa realizada em Bagdá, Iraque, destacam que entre as barreiras enfrentadas pelos farmacêuticos na educação dos pacientes sobre suplementos alimentares incluem diversos fatores. Em primeiro lugar, alguns clientes acreditam ter conhecimento suficiente sobre os suplementos alimentares, o que dificulta a acessibilidade das orientações fornecidas (n = 10). Além disso, há uma

confiança limitada na competência do farmacêutico por parte de alguns pacientes (n = 3). O baixo nível educacional de determinados pacientes também representa um desafio significativo para a comunicação eficaz sobre o uso adequado dos suplementos (n = 1). Outras barreiras incluem a promoção do produto nas redes sociais, que pode influenciar as escolhas dos pacientes (n = 1), o custo dos suplementos, que pode ser um fator impeditivo para a adesão (n = 1), e a agenda lotada dos pacientes, que dificulta a disponibilidade para buscar orientação (n = 1).

Sendo assim, o papel dos farmacêuticos é fundamental para garantir o uso adequado de suplementos alimentares pelos pacientes, especialmente no que diz respeito ao uso concomitante com medicamentos. É essencial aumentar a conscientização sobre suplementos alimentares, a fim de que os profissionais de saúde possam orientar melhor seus pacientes (Chiba, 2023).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A atuação do farmacêutico através da Atenção Farmacêutica no uso de suplementos alimentares, embora crescente em diversos países do mundo, ainda enfrenta desafios importantes. Muitos profissionais lidam com dificuldades relacionadas à falta de padronização nas informações disponíveis, à ampla variedade de produtos no mercado e às lacunas no conhecimento específico sobre suplementação. Essas limitações evidenciam a necessidade de capacitações contínuas e de uma formação mais direcionada, que permita ao farmacêutico oferecer orientações seguras, baseadas em evidências e adaptadas às necessidades individuais dos consumidores. Investir no aprimoramento técnico e científico dos farmacêuticos é fundamental para que possam exercer plenamente seu papel nesse segmento em constante expansão.

REFERÊNCIAS

ABIAD. Associação Brasileira da Indústria de Alimentos para Fins Especiais e Congêneres. **A vez e a hora dos suplementos alimentares**. 2020.

Disponível em: <https://abiad.org.br/pb/a-vez-e-a-hora-dos-suplementos-alimentares/>. Acesso em 9 maio 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária. Departamento de Promoção da Saúde. **Guia de atividade física para a população brasileira** [recurso eletrônico]. Brasília: Ministério da Saúde, 2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Instrução Normativa IN Nº 28, de 26 de julho de 2018**. Estabelece as listas de constituintes, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar dos suplementos alimentares. 2018.

CRF. Conselho Regional De Farmácia do Estado de São Paulo (CRF-SP). **Resolução CFF nº 661, de 25 de outubro de 2018**. Dispõe sobre o cuidado farmacêutico relacionado a suplementos alimentares e demais categorias de alimentos na farmácia comunitária, consultório farmacêutico e estabelecimentos comerciais de alimentos e dá outras providências. São Paulo: CRF-SP, 2018.

ERCOLE, Flávia Falci et al. Revisão integrativa versus revisão sistemática. **Reme**, v. 18, n. 1, p. 1-14, jan./mar. 2014.

FERNANDES, Talita Moraes et al. Consumo de macronutrientes e suplementos por fisiculturistas. **RBNE-Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 14, n. 86, p. 306-317, 2020.

HARTY, Patrick S. et al. Multi-ingredient pre-workout supplements, safety implications, and performance outcomes: a brief review. **Journal of the international society of sports nutrition**, v. 15, n. 1, p. 41, 2018.

LOPES, Josiane Isadora et al. Uso de suplementos nutricionais por praticantes de exercícios físicos em academias de alfenas. **Revista Científica da UNIFENAS-ISSN: 2596-3481**, v. 6, n. 1, 2024.

MALHOTRA, Naresh K. **Pesquisa de Marketing-: uma orientação aplicada**. Bookman Editora, 2019.

MOLIN, Thaís Ramos Dal et al. Marco regulatório dos suplementos alimentares e o desafio à saúde pública. **Revista de Saúde Pública**, v. 53, p. 90, 2019.

OLIVEIRA, Priscila dos Santos Arcanjo de; SANTOS, Fernanda Pereira Lima dos; SILVA, Aline David da. O papel da hidratação e suplementação para atletas com deficiência física. **Revista Brasileira de Fisiologia do Exercício**, v. 16, n. 1, p. 27-33, 2017.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2ª Edição. Editora Feevale, 2013.

RAIOL, Rodolfo A. Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 2804-2813, 2020.

WHO. World Health Organization. **Physical activity fact sheet**. Genebra: WHO. 2021. Disponível em: [https:// Physical activity_\(who.int\)](https://Physical%20activity_(who.int)). Acesso em 10 maio 2024.

¹ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3238-6126>
Universidade de Gurupi (UNIRG)
E-mail: natallia.moreira@unirg.edu.br

²ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8070-7438>
Universidade de Gurupi (UNIRG)
E-mail: dheyssonl17@gmail.com

³ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-2155-4091>
Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: jordana_barbosa@hotmail.com.br

⁴ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-1815-4501>

Universidade Estadual do Tocantins (UNITINS)

E-mail: elianeborges30101972@gmail.com

⁵ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-0130-4691>

Centro Universitario (UNIPLAN)

E-mail: lorraynneferreira97@gmail.com

⁶ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-4402-8259>

Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: solangejas@hotmail.com

⁷ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-2275-9374>

Universidade de Gurupi (UNIRG)

E-mail: carolinevieira337@gmail.com

⁸ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-1210-173X>

Doutorando em Biodiversidade e Biotecnologia (UFT)

E-mail: thales.campos@mail.uft.edu.br

[← Post anterior](#)

RevistaFT

A RevistaFT têm 29 anos. É uma **Revista Científica Eletrônica Multidisciplinar Indexada de Alto Impacto e Qualis “B2”**.
Periodicidade mensal e de acesso

Contato

Queremos te ouvir.
WhatsApp RJ:
(21) 99451-7530
WhatsApp SP:

Conselho Editorial

Editores
Fundadores:
Dr. Oston de
Lacerda Mendes.

livre. Leia gratuitamente todos os artigos e publique o seu também clicando aqui,



(11) 98597-3405

e-Mail:

contato@revistaf
t.com.br

ISSN: 1678-0817

CNPJ:

48.728.404/0001-
22

Fator de

impacto FI=

5.397 (muito alto)

Turismo

Acadêmico

Agência **ft**

Dr. João Marcelo
Gigliotti.

Editor

Científico:

Dr. Oston de
Lacerda Mendes

Jornalista

Responsável:

Marcos Antônio
Alves MTB

6036DRT-MG

Orientadoras:

Dra. Hevellyn
Andrade
Monteiro

Dra. Chimene
Kuhn Nobre

Revisores:

Lista atualizada
periodicamente
em

revistaft.com.br/expresspediente

Venha

fazer parte de
nosso time de
revisores
também!