

O PAPEL DO FARMACÊUTICO NA SUPLEMENTAÇÃO ALIMENTAR

THE ROLE OF THE PHARMACIST IN NUTRITIONAL SUPPLEMENTATION

Adriele Silva Santos¹

Maria Inês Nascimento dos Santos²

Lorena Silva Matos de Andrade³

RESUMO: O termo nutracêutico é um híbrido entre “nutriente” e “medicamento”. No termo nutracêutico, que engloba alimentos funcionais, encontram-se os suplementos alimentares, que têm um papel significativo na modificação e manutenção das funções fisiológicas normais. A definição e conceito de nutracêutico são alvos de interpretações. As principais razões que têm impulsionado o mercado dos nutracêuticos a nível mundial são o envelhecimento da população e a alteração dos hábitos de saúde dos indivíduos, instalando-se uma tendência geral baseada na prevenção das doenças em vez do tratamento das mesmas. Esta prevenção é feita ao nível de alguns dos maiores problemas de saúde atuais, como doenças cardiovasculares, diabetes, osteoporose ou hipercolesterolemia.

Palavras-chave: Nutracêutico. Suplementação e alimentação.

ABSTRACT: The term nutraceutical is a hybrid of "nutrient" and "medicine." The term nutraceutical, which encompasses functional foods, includes dietary supplements that play a significant role in modifying and maintaining normal physiological functions. The definition and concept of nutraceuticals are subject to interpretation. The main reasons driving the nutraceutical market globally are the aging of the population and changes in individual health habits, establishing a general trend toward disease prevention rather than treatment. This prevention is applied to some of today's major health problems, such as cardiovascular disease, diabetes, osteoporosis, and hypercholesterolemia.

Keywords: Nutraceutical. Supplementation and nutrition.

INTRODUÇÃO

Durante as últimas décadas, o papel da alimentação transcendeu o seu simples valor nutricional. Atualmente, observa-se uma tendência crescente no que diz respeito ao papel dos alimentos saúde pública, em que atenção não é apenas focada no simples valor nutricional dos mesmos e da necessidade de os consumirmos para “sobrevivermos”, mas sim muito mais alargada e consciente no que diz respeito aos seus potenciais efeitos benéficos na saúde. Esta

¹Bacharelado em Farmácia.

²Bacharelado em Farmácia.

³Orientadora: Dra. Professora da Universidade Salvador.

tendência crescente deslocou então a atenção para os componentes constituintes elementares dos alimentos e seus derivados, e nos benefícios dos mesmos. Nos últimos anos, vários compostos bioactivos, obtidos a partir de alimentos têm sido comercializados sob várias formas farmacêuticas, tais como, comprimidos, cápsulas, granulados ou pós, que incluem tanto extratos de alimentos como extratos enriquecidos obtidos a partir de fitoquímicos, cujo benefício fisiológico esteja directa ou indirectamente atribuído. (Palthur, Palthur, Chitta, 2010) .

O farmacêutico é um dos profissionais de saúde mais próximos ao paciente, sendo de forma direta, que consiste em o paciente procurar pelo profissional, ou de forma indireta, onde existe um elo de ligação entre este e a terapêutica prescrita pelo médico. De maneira geral, este profissional, tem a função e imensa responsabilidade no que diz respeito à educação de uso racional de medicamentos, pois ele se encontra mais adepto no que se refere ao conhecimento de medicamentos, desde o processo de produção a até a dispensação para com o paciente (ALMEINDA, 2018).

O uso indiscriminado de medicamentos isentos de prescrição, como os nutracêuticos, por indivíduos que praticam atividade física, sendo de alta ou baixa intensidade, é uma realidade, e assim, levam a procurar medicamentos para melhorar o desempenho ou para compensação de nutrientes devido à má alimentação (SILVA, 2020). E tratando-se do consumo desordenado dessa classe de medicamentos, leva a considerar que pode acarretar problemas de saúde severos, por tanto, a prescrição e orientação de um profissional habilitado faz-se de extrema importância (SILVA, 2020).

A Atenção Farmacêutica consiste em um conjunto de práticas de atividades específicas desenvolvidas pelo farmacêutico no contexto da Assistência Farmacêutica. Essa prática tem como foco central o paciente, a educação em saúde, a orientação farmacêutica e o registro sistemático de atividades a fim de buscar e obter resultados definidos e mensuráveis da resposta satisfatória ao tratamento medicamentoso com o objetivo de aumentar seus efeitos e identificar Problemas Relacionados a Medicamentos (SANTANA *et al.*, 2019).

MATERIAL E MÉTODOS

O trabalho desenvolvido trate-se de um estudo explorativo e descritivo, por meio de pesquisa bibliográfica. Para o levantamento bibliográfico foram realizadas busca eletrônica por artigos em línguas portuguesa e inglesa publicados nos últimos 12 anos (2010

a 2022) no banco de dados online PubMed (Nacional Center for Biotechnology Information –NCBI, U.S. National Library of Medicine), SciELO (Scientific Eletronic Library Online) e LILACS (Literatura Latino – America no e do Caribe em Ciências da Saúde), totalizando 40 artigos. A pesquisa dos artigos científicos sobre a temática foi realizada entre agosto de 2025 a outubro de 2025. As palavras-chaves utilizadas nas buscas foram: farmacêuticos, suplementação e alimentação. Foram encontrados 40 artigos e utilizados 14. Para seleção das fontes, foram considerados como critério de inclusão as bibliografias que abordassem considerações sobre o farmacêutico na suplementação alimentar, nutracêuticos e suplementação alimentar, e foram descartados quaisquer artigos que não estivessem relacionado a temática do estudo ou fontes de dados não fidedigna.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A formação do profissional farmacêutico promove conhecimento a essa categoria, e o mesmo pode fornecer informações corretas e detalhadas desses medicamentos nutritivos, medicamentos esses a serem dispensados e consumidos, assim como na indicação de nutracêuticos que não houve prescrição médica, o que reforça ainda mais sua atuação com os produtos industrializados com a isenção de prescrição médica, incluindo assim a indicação de suplementos alimentares. A utilização de qualquer medicamento, mesmo que pareça de forma inofensiva, pode desencadear reações indesejáveis e necessita de um profissional preparado para acompanhamento. O profissional graduado em farmácia está amparado pelas leis em relação as suas prescrições, tais como: Resolução 585 e 586/2013 que regulamenta as normas sanitárias para liberação da prescrição farmacêutica de alguns produtos capaz de prevenir, tratar e complementar a farmacoterapia prescrita anteriormente por um médico clínico. Reforçando, é essencial que o farmacêutico esteja presente para orientar o paciente, pois o papel do farmacêutico inclui aconselhar os usuários, informar sobre condições de uso e administração. (VASCONCELOS, 2022).

No ano de 2018, o Conselho Regional de Farmácia (CRF), através da resolução N°661, 25 de outubro de 2018 que dispõe sobre o cuidado farmacêutico relacionado a suplementos alimentares, instituiu o cuidado farmacêutico e a dispensação de suplementos alimentares. Essa resolução enfatiza os profissionais, principalmente aqueles atuantes em farmácia comunitária ou consultório farmacêutico, que prestam serviço de

atenção farmacêutica, em estabelecimentos comerciais de alimentos. Tal resolução também abrange a importância do profissional farmacêutico na prescrição dos nutracêuticos, pois têm evidência científica comprovada perante a sua atuação no organismo, e foram submetidos a testes bioquímicos, nutricionais, fisiológicos e toxicológicos (ALENCAR; MORAIS, 2021).

Apesar de serem considerados seguros, os nutracêuticos são produtos que exigem aconselhamento farmacêutico, neste caso, esse profissional da saúde tem que orientar o paciente, levando em consideração a possibilidade de interação entre alimentos e os medicamentos que o paciente consumirá. Com isso, pode-se afirmar que a atenção farmacêutica é primordial, pois permite a relação entre farmacêutico e paciente, e também estabelece o uso correto dos medicamentos nutricionais observando a necessidade particular de cada indivíduo (COSTA; JUNIOR, 2019).

Os nutracêuticos são suplementos alimentares que fazem parte de todo e qualquer alimento, sendo capazes de oferecer inúmeros benefícios relacionados à saúde, uma vez que essa suplementação compreende todos os nutrientes de forma isolada, e também os suplementos dietéticos e os produtos herbais. Desse modo, esses medicamentos nutricionais se separam da matriz alimentar, e assim são indicados com o intuito de melhorar a saúde daqueles que os utilizam, juntamente com a dose de nutrientes adquirida de forma natural por meio da alimentação (SANTOS, et al. 2019).

Essa classe de medicamento faz parte dos alimentos funcionais com inúmeros tipos de representantes comercializados, com o foco de prevenção e tratamento de algumas doenças em todo o mundo (PICININ, et al. 2017).

É verídico que os nutracêuticos corroboram benéficamente para saúde humana e pode complementar terapias medicamentosas. Porém, são produtos que necessitam de uma legislação mundial para viabilizar sua definição, e também, trazer segurança, qualidade e eficácia (ALENCAR, B. B. M.; et al. 2021). Dessa forma os principais nutracêuticos comercializados atualmente, visam trazer a promoção da saúde (ROSSATTO; FELIPE, 2017).

A classe nutracêutica de medicamentos geralmente é apresentada pela forma farmacêutica em cápsula, podendo ser categorizados de acordo com o interesse envolvido, ou através da fonte alimentar, mecanismo de ação ou até mesmo de sua natureza química. Dentre eles podemos citar: os microbianos (probióticos), isoprenóides (carotenoides),

minerais (cobre, cálcio), compostos fenólicos (isoflavonas), ácido graxo poli-insaturados (ômega 3), carboidratos e derivados (fibras) (GOMES; MAGNUS; SOUZA, 2017).

Quanto às vias de administração, os nutracêuticos constituem bioativos, comercializados na forma de produto farmacêutico, sendo assim, é administrado, comumente, por via oral e apresentam a mesma função de suplementação alimentar, que podem ser utilizados na prevenção de doenças, ou redução do risco de agravamento da patologia. Além disso, existem estudos em que os nutracêuticos seriam benéficos na redução de risco de doenças crônicas não transmissíveis, redução de peso corporal, redução de gorduras, tratamento de obesidade e doenças associadas como diabetes e problemas cardiovasculares (NASCIMENTO; PILOTO; TIYO, 2017).

A ingestão de micronutrientes pode prevenir manifestações patológicas e estado de carência nutricional, as quais podem ter um impacto significativo em pacientes que apresentam patologias. Diante disto, os nutracêuticos tem se tornado uma alternativa de tratamento, contra agravos nutricionais a fim de melhorar a qualidade de vida dos pacientes. Vale ressaltar que medicamentos nutritivos possuem propriedades fisiológicas e farmacológicas comprovadas, podendo ser classificados como: antioxidante, antibacteriano, hipotensivo, anti-inflamatório, anticarcinogênio, protetor ósseo, hipocolesterolêmico, imunomodulador, dentre outras (ALENCAR; MORAIS, 2021).

Deste modo, e sumarizando, a distinção entre suplementos alimentares e alimentos funcionais é clara, enquanto que, o termo nutracêutico abranje não só os suplementos alimentares, mas também os alimentos funcionais. A inclusão deste último prende-se pelo fato dos alimentos funcionais poderem ser tomados sob uma forma matriz não alimentar, tornando-se nutracêuticos.

Os nutracêuticos podem ser organizados de vários modos dependendo do modo como são compreendidos e aplicados, no entanto o mais comum é que a sua classificação de acordo com o seu mecanismo de ação, natureza química ou mesmo fonte alimentar. (Das, Bhaumik et al. 2012, Chauhan, Kumar *et al.* 2013) São 3 as categorias major onde podemos inserir todos os componentes usados como nutracêuticos, são eles, nutrientes, produtos botânicos, e reagentes de fontes variáveis. (Chauhan, Kumar *et al.* 2013) De acordo com Chauhan (2013) a classificação dos nutracêuticos de acordo com a sua fonte alimentar apresenta-se como:

i) Fibras

- ii) Prebióticos
- iii) Ácidos gordos poli-insaturados
- iv) Vitaminas antioxidantes
- v) Polifenóis
- vi) Especiarias

A classificação dos suplementos alimentares de acordo com a sua composição química enquadra melhor com a definição de nutracêutico. Naquela proposta por Chauhan, apesar de igualmente correta, a separação entre o que pode ser considerado um alimento funcional ou suplemento alimentar é muito ténue, visto que algumas das categorias, como é o caso das especiarias, encaixam melhor no que é definido como alimento funcional. Além disso, este tipo de categorização não é tão abrangente em termos de possibilidades de potenciais nutracêuticos, excluindo proteínas e seus derivados como possíveis componentes preventivos.

CONCLUSÃO

Com o aumento da esperança média de vida, consequente aumento do envelhecimento da população no mundo, os nutracêuticos irão continuar a crescer quer a nível de reconhecimento dos seus efeitos benéficos na saúde quer a nível de mercado. De igual modo a mudança de estilos de vida e a mudança do paradigma de tratamento para prevenção de patologias, fazem com que a tendência para o consumo de suplementos aumente cada ano.

Na óptica da venda e do consumidor, o farmacêutico toma um lugar de proeminência na influência da opinião do consumidor sobre os suplementos, o que aumenta a motivação do consumidor. Esta motivação, é como um ciclo, onde a credibilidade dada pelo farmacêutico aos suplementos, aumentam a confiança e motivação do consumidor para obter posteriormente o mesmo, no mesmo local, fidelizando cliente satisfeitos, retirando o máximo partido do valor acrescentado ao consumidor.

Assim, tendo em vista que grande parte da população ainda tem hábitos alimentares inadequados que pode levar a complicações de saúde e que a maioria da população ainda não tem informação sobre alimentação saudável e desconhece os conceitos de alimentos funcionais e nutracêuticos, percebe-se a grande importância do

desenvolvimento de ações efetivas que levem a informação à população sobre esse assunto.

Através deste estudo pode concluir que a realização desse tipo de ações propicia uma boa difusão de informações corretas sobre alimentos funcionais e nutracêuticos e sobre a importância da qualidade de vida ligada a uma alimentação funcional, permitindo a adoção de medidas eficazes de prevenção do problema de saúde no público-alvo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALENCAR, B. B. M.; et al. Nutracêuticos e seus benefícios para a saúde do utente: revisão integrativa da literatura. *Society and Development*. v. 10, n. 12, p. 2525-3409, 2021

ALMEIDA, M. Farmácia , nutracêuticos como adjuvantes para o tratamento da depressão. Universidade de Coimbra, 2018.

CHAUHAN, B., KUMAR, G., KALAM, N., & ANSARI, S. H. (2013). Current concepts and prospects of herbal nutraceutical: a review. *Journal of Advanced Pharmaceutical Technology & Research*, 4(1), 4-8. <http://doi.org/10.4103/2231-4040.107494>

COSTA, G; JUNIOR, G. O uso de suplementos nutracêuticos; Uma breve revisão. *Brazilian Journal of Surgery and Clinical Research*, V. 28, n. 4, pag. 77-81, 2019.

DAS, L., BHAUMIK, E., RAYCHAUDHURI, U., & CHAKRABORTY, R. (2012). Role of nutraceuticals in human health. *Journal of Food Science and Technology*, 49(2), 173-183. <http://doi.org/10.1007/s13197-011-0269-4>

GOMES, A; MAGNUS , K; SOUZA, A. Riscos e benefícios do uso de nutracêuticos para a promoção de saúde. *Revista de Saúde e Desenvolvimento*. V, 11, n. 9 2017

NASCIMENTO, C; PILOTO, J; TIYO, R. Nutracêuticos para o emagrecimento uma revisão. *Revista Uninga*, V.29, n. 2, pag. 64-69, 2017.

PALTHUR, M. P., PALTHUR, S. S., & CHITTA, S. K. (2010). Nutraceuticals: A conceptual definition. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 2(3), 19-27..

PICINI A.A; LOPES, C.G. Nutracêuticos no Manejo das Dislipidemias: terapia baseada em evidência. *Revista UNINGÁ Review*, v. 29, n.1, p. 132-137, 2017.

ROSSATO, J; FELIPE, D. Estudos dos principais produtos nutracêuticos comercializados nas farmácias na região de Maringá- PR. Centro Universitário de Maringá- PR, 2017.

SANTANA, D. P. H.; TAVEIRA, J. C. F.; LEÃO, A. M.; NEVES E. A Importância da Atenção Farmacêutica na Prevenção de Problemas de Saúde. *Ver. Iniciação Científica e Extensão*. V. 2, n. 1, 59-60, junho, 2019. Disponível em: . Acesso em: 11 de agosto de 2025

SANTOS, J. R. M. P.; et al. Importância de uma regulamentação específica com as definições e classificações dos produtos comercializados como suplementos, alimentos funcionais e nutracêuticos. *Revista de Direito Sanitário*. v. 19, n. 3, p. 54-67, 2019

SILVA, A. C. G.; JUNIOR, O. M. R. Riscos e benefícios no uso de suplementos nutricionais na atividade física. *Brazilian Journal of Development*. Curitiba, v. 6, p. 96770-96784, 2020.

VASCONCELOS, E. A utilização de nutracêuticos e nutricosméticos para a aplicação de estéticas e saúde da pele: Uma revisão. Universidade Federal de Campina Grande. CuitePB, 2022.