

POLIVITAMÍNICOS: BENEFÍCIO OU RISCO? UM OLHAR CRÍTICO SOBRE O USO INDISCRIMINADO

Sá, S.; Ferreira, G. V. S.; Santana, I. G. C.; Almeida, A. P. G.; Silva, A. H. M.;
Silva, J. B.; Filha, A. J. A. B.
E-mail: stone.sa@docente.unievangelica.edu.br

RESUMO

O uso indiscriminado de polivitamínicos tornou-se uma prática comum, influenciada por uma cultura de consumo voltada para a promoção da saúde e bem-estar. No entanto, o consumo excessivo e sem orientações pode levar a efeitos adversos, como toxicidade e mascaramento de deficiências nutricionais reais, além de incentivo a práticas comerciais econômicas, como a venda casada. Este projeto, realizado com alunos do 6º período do curso de Farmácia da UniEVANGÉLICA, teve como objetivo investigar criticamente esse problema, com foco na responsabilidade farmacêutica. Uma metodologia envolvida em revisão de literatura e discussão com base na prática profissional. A apresentação ocorreu em 25 de setembro de 2024, na II Feira de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, em Ceres-GO, com a participação de aproximadamente 180 alunos de diversos cursos da instituição. Os resultados destacaram a importância da orientação farmacêutica para a promoção do uso racional de suplementos, além de evidenciar o impacto positivo na formação dos estudantes ao ensino em pesquisa e extensão. A experiência proporcionou aprendizado significativo, com potencial para aplicação em diferentes contextos da prática farmacêutica.

PALAVRAS-CHAVE: Polivitamínicos. Uso racional. Farmácia. Toxicidade. Saúde pública.

ABSTRACT

The indiscriminate use of multivitamins has become a common practice, driven by a consumer culture focused on health and well-being. However, excessive consumption without proper guidance can cause adverse effects, such as toxicity and the masking of real nutritional deficiencies, as well as encourage unethical commercial practices like tied selling. This project, conducted with 6th-semester Pharmacy students from UniEVANGÉLICA, aimed to critically analyze this issue with a focus on pharmaceutical responsibility. The methodology included a literature review and professional practice-based discussions. The presentation took place on September 25, 2024, during the II Fair of Medicinal Plants and Herbal Medicines in Ceres-GO, with approximately 180 students from various programs participating. The results emphasized the importance of pharmaceutical counseling in promoting the rational use of supplements and demonstrated the positive impact on students' education through teaching, research, and extension. The experience provided meaningful learning with the potential to be applied in various contexts of pharmaceutical practice.

KEYWORDS: Multivitamins. Rational use. Pharmacy. Toxicity. Public health.

INTRODUÇÃO

O uso indiscriminado de polivitamínicos reflete um comportamento comum em uma sociedade marcada pela medicalização, onde a suplementação é vista como um meio rápido para melhorar a saúde e o bem-estar. Esse consumo, frequentemente incentivado por publicidade e orientações

inovadoras, traz riscos à saúde pública, como toxicidade vitamínica, interação medicamentosa e o mascaramento de deficiências nutricionais reais. Nesse contexto, a orientação farmacêutica é fundamental para promover o uso racional desses produtos e evitar danos à saúde.

O projeto “Polivitamínicos: Benefício ou Risco?” Teve como objetivo proporcionar uma reflexão crítica sobre os riscos e benefícios dos polivitamínicos, capacitando futuros farmacêuticos a exercerem um papel mais ativo e responsável na orientação da comunidade. A atividade buscou sensibilizar os alunos para a responsabilidade social derivada da prática farmacêutica, destacando que o cuidado com a saúde envolve não apenas a dispensação correta de medicamentos, mas também a educação e a conscientização da população sobre o uso racional de suplementos.

A relevância da atividade reside na sua capacidade de integrar ensino, pesquisa e extensão. Ao desenvolver habilidades comunicativas e de aconselhamento, os estudantes aplicarão na prática conhecimentos adquiridos em sala de aula nas disciplinas de Farmácia Hospitalar e Terapias Nutricionais. A responsabilidade social foi outro ponto central, pois o projeto estimulou nossos alunos a um compromisso com a saúde pública, preparando-os para enfrentar desafios relacionados ao consumo irracional de medicamentos e suplementos. Além disso, o trabalho foi alinhado às diretrizes da Política Nacional de Medicamentos e às orientações da Organização Mundial da Saúde (OMS), que incentivam o uso racional de medicamentos como parte das estratégias globais de promoção da saúde.

Do ponto de vista acadêmico, o projeto declarou a importância da formação técnica e ética para a prática farmacêutica. A articulação entre ensino e extensão proporcionou uma boa experiência para os alunos, permitindo que eles compreendessem de forma prática o impacto de suas ações na vida dos pacientes. A atividade também promoveu uma conscientização mais ampla dentro da instituição, gerando nos alunos um maior senso de responsabilidade social e reforçando o papel do farmacêutico como um agente essencial na promoção da saúde.

METODOLOGIA

O projeto foi desenvolvido no campus da UniEVANGÉLICA, em Ceres-GO, ao longo do segundo semestre de 2024, totalizando 20 horas. Participaram da iniciativa alunos do 6º período do curso de Farmácia, sob a supervisão do professor Stone de Sá. A metodologia adotada foi de abordagem qualitativa, com foco em revisão de literatura e análise crítica de práticas de mercado.

As etapas foram: Pesquisa bibliográfica (Revisão dos principais estudos sobre riscos e benefícios dos polivitamínicos), Discussões críticas (Debate em sala de aula sobre venda casada e consumo indevido em drogarias), Elaboração do banner (Preparação do material expositivo com base nos resultados obtidos), Apresentação pública (Participação na II Feira de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, realizada em 25 de setembro de 2024, com público composto por 180 pessoas, entre acadêmicos e comunidade externa).

Os alunos tiveram um papel ativo em todas as etapas, desde a pesquisa até a apresentação dos resultados. O projeto foi desenvolvido sem custos expressivos. A feira funcionou como um espaço de integração entre ensino, pesquisa e extensão, oferecendo aos alunos uma oportunidade única de vivenciar a prática profissional.

RELATO DE EXPERIÊNCIA E RESULTADOS

A apresentação do projeto na II Feira de Plantas Medicinais e Fitoterápicos, realizada em 25 de setembro de 2024, proporcionou um espaço significativo para o debate sobre o uso incluído de polivitamínicos. Com a participação de aproximadamente 180 pessoas, entre estudantes de Farmácia, professores e alunos de outros cursos da instituição, a atividade possibilitou a interação direta entre os acadêmicos de farmácia e outros alunos, ampliando o alcance da conscientização sobre o tema. O banner abordou os principais riscos do uso inadequado de polivitamínicos, abordando questões como toxicidade, interações medicamentosas e as práticas comerciais impropriadas, como a venda casada.

Durante a feira, os alunos se revezaram na exposição dos conteúdos e na explicação dos principais pontos discutidos. A apresentação incluiu relatos de visitantes sobre o uso pessoal de suplementos, enriquecendo o debate com experiências reais. Os materiais expositivos foram preparados pelos próprios alunos e contaram com a colaboração da instituição para a impressão do banner e a produção de folhetos explicativos. A atividade não envolveu custos adicionais expressivos.

A ação extensionista proporcionou aos estudantes uma experiência prática em situações semelhantes no ambiente profissional. Ao orientar o público sobre a importância do uso consciente de polivitamínicos, os alunos desenvolvem habilidades de comunicação, argumentação e empatia, fundamentais para a prática da atenção farmacêutica.

Os debates realizados durante a apresentação destacaram que as pessoas, na sua grande maioria, desconhecem os riscos da automedicação e da suplementação desnecessária. Casos de

hipervitaminose e intoxicações, particularmente relacionados a vitaminas lipossolúveis (A, D, E e K), foram relatados como exemplos dos perigos associados ao consumo exagerado. Os alunos explicaram a necessidade de avaliar cuidadosamente cada caso, considerando o histórico clínico e o uso concomitante de medicamentos, antes de indicar qualquer suplemento.

Outro ponto discutido foi a prática de venda casada em drogarias, uma prática que pode levar ao consumo desnecessário de suplementos. Os alunos enfatizaram a importância da atuação ética e responsável do farmacêutico para evitar esse tipo de situação, demonstrando que uma orientação adequada pode prevenir problemas e promover o bem-estar dos pacientes. A atenção farmacêutica, nesse sentido, se destacou como uma ferramenta essencial para garantir a segurança e a eficácia das intervenções na saúde.

A interação com o público da feira gerou impacto positivo, despertando maior conscientização sobre os riscos e benefícios dos polivitamínicos. Muitos visitantes manifestaram interesse em adotar práticas mais responsáveis e buscar orientações antes de consumir suplementos. Esse retorno evidencia o papel transformador do projeto, não apenas para a comunidade, mas também para os alunos, que vivenciaram a importância de sua atuação como agentes de promoção da saúde.

Para os estudantes, a experiência proporcionou um aprendizado significativo. A vivência prática do aconselhamento reforçou a importância da empatia e da comunicação clara no relacionamento com os pacientes. Além disso, o projeto estimulou nos alunos um maior senso de responsabilidade social, preparando-os para atuar de forma crítica e ética na prática profissional. Acredito que o projeto gerou ações podem impactar diretamente a saúde dos pacientes e maior compromisso com a profissão e com a comunidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto “Polivitamínicos: Benefício ou Risco?” demonstrou a importância da orientação farmacêutica para a promoção do uso racional de suplementos e prevenção de riscos à saúde. A experiência possibilitou que os alunos aplicassem conhecimentos teóricos em situações práticas, desenvolvendo competências essenciais para a atuação profissional. Além disso, a atividade promoveu uma maior conscientização sobre a responsabilidade social dos farmacêuticos, reforçando o papel do profissional de saúde como um agente fundamental na promoção do bem-estar da população.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos à UniEVANGÉLICA e aos alunos envolvidos no projeto pela dedicação e empenho.

REFERÊNCIAS

ANVISA. **Uso racional de medicamentos: um alerta à população**. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: 13 out. 2024.

ANVISA. **Riscos do uso indiscriminado de medicamentos**. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária, 2021. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa>. Acesso em: 13 out. 2024.

BRASIL. **Comitê Nacional para a Promoção do Uso Racional de Medicamentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2023. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br>. Acesso em: 13 out. 2024.

BRASIL. **Política Nacional de Medicamentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2001. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_medicamentos.pdf. Acesso em: 13 out. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: <https://www.gov.br>. Acesso em: 13 out. 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Contribuições para o Uso Racional de Medicamentos – Volume 1**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br>. Acesso em: 13 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **The Rational Use of Drugs: Report of the Conference of Experts, Nairobi, 1985**. Genebra: OMS, 1987.

WANNMACHER, L. **Uso racional de medicamentos em atenção primária à saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. Disponível em: <https://bvsmms.saude.gov.br>. Acesso em: 13 out. 2024.