

DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p1323-1334

O PAPEL DO FARMACÊUTICO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE EM USUÁRIOS DE SUPLEMENTOS ALIMENTARES

THE ROLE OF THE PHARMACIST IN PROMOTING HEALTH IN USERS OF FOOD SUPPLEMENTS

Wilker Luan Martins da Silva¹
Francisca Sabrina Vieira Lins²
Jacinta Maria de Figueiredo Rolim³
Francisco Eduardo Ferreira Alves⁴

RESUMO: O papel do farmacêutico em auxiliar e orientar os pacientes vide a suplementação quanto ao seu uso e suas funções é de extrema importância para o contexto de saúde, pois traz consigo a relação da química e da farmacologia, como também do cuidado farmacêutico centrado no problema de saúde. Dessa forma, surgem os suplementos alimentares com a premissa básica de complementar alguma deficiência dietética, sendo capaz de melhorar ou aumentar uma condição física. Entretanto, o uso exacerbado e a falta de orientação adequada são problemas cotidianos observados. Nessa relação, o trabalho tem como objetivo geral descrever o papel do farmacêutico clínico na dispensação de suplementos alimentares e seu viés de promoção e recuperação do contexto de saúde do indivíduo e suas especificidades como: o conhecimento da legislação e dos principais suplementos alimentares dispensados em farmácias. A pesquisa bibliográfica foi desenvolvida e fundamentada por meio da análise de artigos científicos obtidos nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Literatura Latino-Americana e do Caribe), Google Acadêmico, comitês nacionais e internacionais de saúde. Para a busca foram utilizados os seguintes termos: Atuação do farmacêutico, nutrição, suplementos alimentares, atividade física, farmácia e legislação. Outro ponto relevante é a importância dos suplementos alimentares nos organismos, que traduz efeito na promoção e recuperação da saúde, como também auxilia no âmbito da estética, visto que repõe nutrientes gastos na atividade física, equilibrando a

¹ Discente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 20211004041@fsmead.com.br.

² Docente e Coordenadora do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: sabrina@unifsm.edu.br.

³ Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: jacinta_rolim@hotmail.com.

⁴ Docente do Curso de Farmácia do Centro Universitário Santa Maria - UNIFSM, e-mail: 000794@fsmead.com.br.

disponibilidade conforme as necessidades do indivíduo, no que se refere a proteínas, aminoácidos, bem como de vitaminas e minerais. Sendo assim, a procura de um profissional farmacêutico habilitado na dispensação de suplementos alimentares pode ser a chave para a promoção e recuperação da saúde.

Palavras-chave: Papel do farmacêutico. Suplementos Alimentares. Segurança. Riscos. Saúde.

ABSTRACT: *The role of the pharmacist in assisting and guiding patients regarding supplementation regarding its use and functions is extremely important for the health context as it brings with it the relationship between chemistry and pharmacology, as well as pharmaceutical care focused on the health problem. . Thus, dietary supplements emerge with the basic premise of complementing a dietary deficiency and being able to improve or increase a physical condition. However, excessive use and lack of adequate guidance are everyday problems observed. In this regard, the work's general objective is to describe the role of the clinical pharmacist in dispensing dietary supplements and his bias towards promoting and recovering the individual's health context and its specificities, such as: knowledge of legislation and the main dietary supplements dispensed in pharmacies. . The bibliographic research was developed and based on the analysis of scientific articles obtained from the databases SciELO (Scientific Electronic Library Online), LILACS (Latin American and Caribbean Literature), Google Scholar, national and international health committees. The following terms were used for the search: Pharmacist activity, nutrition, dietary supplements, physical activity, pharmacy and legislation. Another important point is the importance of dietary supplements in the body, which has an effect on promoting and recovering health, as well as helping with aesthetics, as it replaces nutrients used up in physical activity, balancing availability according to the individual's needs, with regard to proteins, amino acids, as well as vitamins and minerals. Therefore, looking for a pharmaceutical professional qualified in dispensing dietary supplements can be the key to promoting and recovering health.*

Keywords: *Role of the pharmacist. Food supplements. Security. Scratches. Health.*

INTRODUÇÃO

Os suplementos alimentares têm ganhado destaque no contexto da promoção da saúde e prevenção de doenças, principalmente entre os praticantes de exercícios físicos, que buscam melhor desempenho e estética corporal. Esse aumento no consumo pode ser atribuído à crescente preocupação com a saúde e ao desejo de atingir objetivos específicos relacionados ao condicionamento físico e à composição corporal (Oliveira, H.; Novais, V.; Silva, F., 2018).

Almeida, Ribeiro e Freitas (2018) destacam que a suplementação alimentar é especialmente popular entre aqueles que praticam atividades de alta intensidade, como uma forma de otimizar os resultados obtidos com o treinamento. Entretanto, é importante salientar que a utilização indiscriminada de suplementos nutricionais pode acarretar riscos à saúde, especialmente quando não há orientação adequada.

Moretti *et al.* (2018) ressaltam a falta de conhecimento sobre os efeitos desses produtos, enfatizando a importância de uma abordagem individualizada e supervisionada por profissionais qualificados. Nesse sentido, Botelho *et al.* (2019) destacam a relevância de analisar o perfil de consumo desses suplementos, e de orientar os consumidores sobre os melhores horários e formas de inseri-los na rotina, sem comprometer a saúde. No Brasil, a regulação dos suplementos alimentares é feita pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), que estabelece normas específicas para sua comercialização e uso (Lima, 2019).

No entanto, diferentemente dos medicamentos, os suplementos não são submetidos a estudos clínicos de fase 3, para comprovação de eficácia e segurança (Venda, 2019). Essa diferenciação na regulamentação pode gerar desafios para os profissionais de saúde, especialmente os farmacêuticos, que têm a responsabilidade de orientar os pacientes e consumidores sobre o uso correto desses produtos (Lopes; Cruz, 2018).

Diante do crescimento do mercado de suplementos alimentares no Brasil, é fundamental que haja um maior investimento na capacitação e na atuação dos

profissionais de saúde, especialmente dos farmacêuticos, na orientação dos consumidores. Essa abordagem individualizada, e baseada em evidências científicas, contribuirá para garantir a segurança e a eficácia do uso desses produtos, promovendo, assim, a saúde, e prevenindo possíveis complicações decorrentes do seu consumo inadequado.

METODOLOGIA

Para atingir os objetivos propostos, a metodologia consistiu na realização de uma revisão integrativa, uma forma de estudo bibliográfico que segue etapas específicas, ajustáveis, de acordo com a natureza do problema, o conhecimento do pesquisador sobre o tema e o grau de precisão desejado. É importante considerar que qualquer modelo de pesquisa bibliográfica é arbitrário, o que explica as variações entre os diferentes autores que tratam do tema (Lakatos, 2010).

Nessa perspectiva, foram seguidas seis etapas principais para a revisão integrativa. Inicialmente, foi formulada a pergunta norteadora, considerada essencial para orientar a seleção dos estudos mais relevantes, baseada nas informações coletadas e nos métodos escolhidos para identificar as pesquisas. Em seguida, realizou-se a busca nas bases de dados, garantindo resultados confiáveis e alinhados à pergunta proposta. A terceira etapa concentrou-se na coleta de dados, utilizando um instrumento previamente elaborado para assegurar a relevância dos dados extraídos, minimizar erros e registrar informações com precisão (Souza, Silva e Carvalho, 2010).

A análise crítica dos estudos foi realizada na quarta etapa, com a organização rigorosa das informações obtidas. Na sequência, os resultados foram discutidos, destacando-se as lacunas no conhecimento. Por fim, foi apresentada a revisão integrativa de forma clara e sistemática (Soares *et al.*, 2019). A pergunta norteadora elaborada foi: Qual a relevância do uso dos suplementos alimentares e qual o papel do profissional farmacêutico nesse contexto?

Sob esse viés, este trabalho foi desenvolvido por meio de uma ampla pesquisa em bancos de dados eletrônicos, com o objetivo de reunir artigos científicos que

tratassem do tema de maneira abrangente. Entre março e maio de 2024, foram utilizados os repositórios SciELO, LILACS e Google Acadêmico. A pesquisa incluiu artigos, revistas e jornais disponíveis em português e inglês.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

No quadro abaixo, estão elencados os artigos selecionados para este projeto de pesquisa, sendo possível observar os pontos principais evidenciados pelos autores a respeito da temática trabalhada.

QUADRO 1: Análise dos artigos incluídos no Projeto de Pesquisa.

Autor/Ano	Título	Objetivo	Resultados do estudo
Abe-Matsumoto <i>et al.</i> (2015)	Suplementos vitamínicos e/ou minerais: regulamentação, consumo e implicações à saúde.	Destacar o papel do farmacêutico em orientar e prevenir riscos associados ao uso excessivo de suplementos vitamínicos e minerais, promovendo seu consumo seguro e consciente.	Conclui-se que a orientação farmacêutica é essencial para minimizar riscos e promover o uso eficaz de suplementos vitamínicos e minerais.
Santos, Carvalho e Andrade (2021)	Automedicação e o uso irracional: O papel do farmacêutico no combate a essas práticas.	Investigar a importância de incorporar princípios éticos e responsabilidade social na atuação farmacêutica.	O estudo reforçou que esses valores são fundamentais para fortalecer a relação de confiança entre profissionais e consumidores, promovendo práticas mais seguras e humanizadas.
Neves <i>et al.</i> (2017)	Consumo de suplementos alimentares: alerta à saúde pública.	Consiste em explorar a popularidade de suplementos como <i>Whey Protein</i> e creatina no Brasil, analisando a necessidade de informações mais completas sobre seus efeitos.	Trata-se de destacar a falta de pesquisas abrangentes sobre as implicações desses produtos, enfatizando o papel essencial dos farmacêuticos em orientar consumidores sobre seus benefícios e possíveis riscos.

Oliveira, Novais e Silva (2018)	Consumo de suplementos alimentares por jovens na estância turística de Ouro Preto do Oeste - RO.	Investigar os efeitos da creatina, com foco em seus benefícios no aumento da massa muscular e os riscos associados ao uso indevido.	Compreende-se em evidenciar que, embora a creatina seja eficaz para ganho muscular, o consumo inadequado pode comprometer a função renal, reforçando a necessidade de orientação profissional no uso desse suplemento.
Mendes et al. (2018)	Avaliação de rotulagem e determinação de proteínas e amido em <i>Whey Protein</i> comercializado no Brasil.	Avaliar os efeitos do <i>Whey Protein</i> na construção muscular e sua aplicação em tratamentos nutricionais direcionados.	Os estudos abarcaram a eficácia do <i>Whey Protein</i> no suporte ao ganho muscular e na gestão de condições nutricionais específicas, destacando seu papel como um suplemento versátil em diversas abordagens terapêuticas.
Rodrigues et al. (2021)	Benefícios do uso da glutamina por atletas de alta performance: Uma revisão sistemática.	Indagar os efeitos da Glutamina na melhoria da imunidade e na promoção da saúde intestinal.	O estudo evidenciou que a Glutamina contribui significativamente para fortalecer o sistema imunológico e manter o equilíbrio da saúde intestinal, tornando-se um recurso valioso em estratégias nutricionais específicas.
Nascimento e Scalabrini (2020)	Benefícios do ômega 3 na prevenção de doença cardiovascular: Revisão integrativa de literatura.	Avaliar de forma sucinta os efeitos do ômega-3 na promoção da saúde cardiovascular.	Destacar que o consumo adequado de ômega-3 está associado à redução de fatores de risco cardiovascular, como inflamações e alterações no perfil lipídico, reforçando sua importância em dietas equilibradas.
Brasil (2018)	Conselho Federal de Farmácia. Resolução nº 661, de 25 de outubro de 2018. Dispõe sobre cuidados farmacêuticos relacionados à suplementação alimentar e demais categorias de alimentos.	A análise da legislação brasileira, conforme a RDC nº 243/2018 da ANVISA, é regulamentar a comercialização e o uso de suplementos alimentares, garantindo a segurança e qualidade desses produtos.	A legislação, incluindo a Portaria nº 32/1998 e a Resolução nº 661/2018, estabelece diretrizes importantes, enquanto as resoluções nº 585/2013 e nº 586/2013 possibilitam a prescrição farmacêutica de suplementos, promovendo um cuidado integral à saúde.
De Aguiar et al. (2023)	Benefícios e riscos do uso de Suplementos Alimentares por praticantes de atividades físicas e o papel do Farmacêutico.	Salientar como o avanço nas regulamentações e a interação entre profissionais da saúde fortalecem o papel do farmacêutico na promoção do uso seguro e eficaz de suplementos alimentares.	A colaboração interdisciplinar entre farmacêuticos, médicos e nutricionistas proporciona uma abordagem holística para a suplementação, garantindo adequação às necessidades individuais e segurança. Com isso, a prescrição farmacêutica, integrada ao cuidado clínico,

			otimiza os resultados terapêuticos e previne reações adversas, consolidando a importância do farmacêutico no sistema de saúde.
--	--	--	--

As pesquisas selecionadas abordaram uma variedade de contextos e contribuições acerca da atuação do farmacêutico na suplementação alimentar, que tem sido amplamente discutida, destacando sua relevância tanto na orientação de consumidores quanto na promoção de práticas seguras de saúde. Como profissionais essenciais na dispensação de medicamentos e suplementos, os farmacêuticos ocupam uma posição estratégica no aconselhamento sobre o uso correto dessas substâncias. Abe-Matsumoto *et al.* (2015) ressaltam a responsabilidade desses profissionais em esclarecer dúvidas, mitigando riscos relacionados ao consumo excessivo. Além disso, Santos, Carvalho e Andrade (2021) destacam a necessidade de integrar valores éticos e compromissos à prática farmacêutica.

Ademais, a difusão de informações seguras é particularmente relevante, considerando que suplementos alimentares, como *Whey Protein* e creatina, são amplamente consumidos no Brasil. Neves *et al.* (2017) apontam para a popularidade desses produtos, embora evidenciem a escassez de pesquisas que avaliem suas implicações de forma abrangente. Nesse cenário, os farmacêuticos desempenham um papel essencial ao informar consumidores sobre benefícios e potenciais riscos. Estudos como os de Oliveira, Novais e Silva (2018) destacam os benefícios da creatina no ganho de massa muscular, mas alertam sobre o impacto no funcionamento renal em caso de uso inadequado. O *Whey Protein*, por sua vez, é reconhecido por sua eficácia na construção muscular e em tratamentos nutricionais específicos, como apontam Mendes *et al.* (2018).

Ainda nesse contexto, suplementos como Glutamina e ômega-3 têm sido amplamente estudados. Rodrigues *et al.* (2021) destacam a Glutamina como um aliado na imunidade e na saúde intestinal, enquanto Nascimento e Scalabrini (2020) enfatizam os benefícios do ômega-3 na saúde cardiovascular. No entanto, o consumo inadequado ou excessivo desses produtos pode levar a consequências adversas, como apontado por Verdan, Santos e Senna Junior (2021), reforçando o papel do farmacêutico na mitigação desses riscos.

Do ponto de vista regulatório, a legislação brasileira, como a RDC nº 243/2018 da ANVISA, estabelece diretrizes claras sobre a comercialização e o uso de suplementos alimentares. Embora ainda não exista uma definição específica para essa categoria no país, medidas como a Portaria nº 32/1998 e a Resolução nº 661/2018 são fundamentais para garantir a segurança e a qualidade desses produtos (Brasil, 2018). Além disso, a prática da prescrição farmacêutica, regulamentada pelas resoluções nº 585/2013 e nº 586/2013, destaca a possibilidade de prescrição de suplementos como parte de um cuidado integral voltado à saúde e à qualidade de vida.

Outro aspecto relevante é o avanço nas regulamentações e práticas clínicas que fortalecem o papel do farmacêutico na promoção do uso seguro e eficiente de suplementos alimentares. A interação interdisciplinar entre farmacêuticos, médicos e nutricionistas têm possibilitado uma abordagem mais holística no acompanhamento dos consumidores, garantindo que a suplementação seja ajustada às necessidades individuais e respeite as diretrizes de segurança estabelecidas. Conforme ressaltado por De Aguiar *et al.* (2023), a prescrição farmacêutica de suplementos alimentares, quando integrada ao cuidado clínico, contribui para a otimização dos resultados terapêuticos e a prevenção de possíveis reações adversas. Essa prática reforça a relevância do farmacêutico como elo indispensável no sistema de saúde, promovendo um uso racional e embasado de suplementos alimentares e consolidando sua atuação como promotor de saúde e qualidade de vida.

Diante do exposto, a atuação do farmacêutico na suplementação alimentar reflete uma abordagem interdisciplinar e fundamentada em princípios científicos. Desde a orientação ao consumidor até a aplicação de legislações específicas, esses profissionais desempenham um papel indispensável na promoção da saúde e no uso racional de suplementos. Ao integrar conhecimentos técnicos e éticos, os farmacêuticos asseguram que esses produtos contribuam de forma efetiva para a qualidade de vida dos usuários, minimizando riscos e maximizando benefícios.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O papel do farmacêutico na promoção de saúde, em usuários de suplementos alimentares, tem se mostrado fundamental, especialmente frente ao aumento do consumo desses produtos nas academias. Segundo Maximiliano e Santos (2017), muitas pessoas buscam melhorar seu desempenho físico e a estética corporal por meio da suplementação, frequentemente sem conhecimento adequado sobre a aplicação, riscos e benefícios desses produtos. O excesso de proteína, por exemplo, pode ser armazenado como gordura e causar problemas na tireoide, fígado, coração e rins, podendo até ser fatal. Diante desse cenário, o farmacêutico se torna um agente imprescindível na orientação correta dos consumidores, prevenindo potenciais danos à saúde decorrentes do uso inadequado de suplementos.

A problemática do consumo de suplementos sem prescrição médica é considerada uma questão de saúde pública, conforme apontado por Neves *et al.* (2017). O apelo do marketing e a pressão da mídia por um corpo ideal levam muitos jovens a utilizarem suplementos e drogas com efeito ergogênico sem a devida orientação. Esse comportamento é exacerbado pela influência de colegas e treinadores, muitas vezes despreparados para fornecer conselhos adequados. Nesse contexto, o farmacêutico deve atuar não só como um distribuidor de produtos, mas como um educador em saúde, ajudando a desmistificar a necessidade e os efeitos reais dos suplementos, e promovendo alternativas seguras e eficazes para alcançar os objetivos de composição corporal.

Com o aumento do número de frequentadores de academias buscando hipertrofia muscular, perda de peso e definição, conforme Soares *et al.* (2020), cresce também o uso de suplementos alimentares. Muitos consumidores são atraídos pelo estigma social da obesidade e pela busca de soluções rápidas para perda de peso, preferindo o fácil acesso aos suplementos ao invés de consultar um médico ou nutricionista (Pereira, Costa, Cavalcanti, 2021).

A agressividade da publicidade contribui para a popularização desses produtos. Nesse cenário, o farmacêutico tem a responsabilidade de aconselhar sobre as opções

disponíveis, informar sobre o uso correto e as condições de administração, e, quando necessário, recomendar a consulta a um médico (Silva, Rodrigues Junior, 2020; Venda, 2019). Assim, o farmacêutico garante uma abordagem de saúde integral, promovendo não apenas a suplementação adequada, mas também a proteção e reabilitação dos indivíduos que necessitam de cuidados específicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ABE-MATSUMOTO, L. T.; SAMPAIO, G. R.; BASTOS, D. H M. Suplementos vitamínicos e/ou minerais: regulamentação, consumo e implicações à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 31, p. 1371-1380, 2015.

ALMEIDA, T. C.; MAFRA, V. R.; VALE, B. N. As Responsabilidades do Farmacêutico na Prescrição Farmacêutica. **Revista Cereus**, v. 10, n. 3, p. 179-201, 1 set. 2018.

ALMEIDA, I.V.; RIBEIRO, M. C. O.; FREITAS, R. Uso de suplementos alimentares e fatores associados em praticantes de atividade física de alta intensidade. RBNE- **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 12, n. 76, p.992-1004, 2018.

AMARAL, L. Consumo de suplementos alimentares por frequentadores de uma academia de Palhoça - SC. **Revista Brasileira de ciência e movimento**. Vol. 12. Num. 4, 2017.

BAILEY, R. L.; GAHCHE, J. J.; MILLER, P. E.; THOMAS, P. R.; DWYER, J. T. Why US Adults Use Dietary Supplements. **Jama International Medicine**, v. 173, n. 3, p. 355 - 361, 2013.

BERTOLUCCI, P. Nutrição, Hidratação e Suplementação do Atleta. Nutrição em Pauta - **A Revista do Profissional de Nutrição**. ISSN 1676 - 2274. Ano X número 54 maio/junho. São Paulo SP. 2019.

BOMFIM, J. H. G. G.; GONÇALVES, J. S. Suplementos alimentares, imunidade e COVID-19: qual a evidência? **VITTALLE-Revista de Ciências da Saúde**, v. 32, n. 1, p. 10-21, 2020.

BORGERAAS, H.; JOHNSON, L. K.; SKATTEBU, J.; HERTEL, J. K.; HJELMESAETH J. Effects of probiotics on body weight, body mass index, fat mass and fat percentage in subjects with overweight or obesity: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. **Obesity Reviews**, v. 19, p. 219-232, 2018.

BOTELHO, A. T.; SOARES, E. P.; SOARES, L. J. F.; LEÃO, L. L.; MONTEIRO, P. A.; SOUZA, S. A.; SOUZA A. F.; ROCHA, F. G. S.; FARIAS, P. K. S. Perfil hídrico e consumo de suplementos por frequentadores de academia. **Journal Health NPEPS**, v. 4, n. 1, p. 258-268, 2019.

BRASIL, Ministério da Saúde. Conselho Federal de Farmácia. Resolução nº661, de 25 de Outubro de 2018. Dispõe sobre cuidados farmacêuticos relacionados a suplementação alimentar e demais categorias de alimentos. **Diário Oficial da União, Brasília**, n. 210, Seção 1. p. 122, 31 out. 2018.

BRIOSCHI, F, R.; HEMERLY, H, M.; BINDACO, E, S. Efeitos ergogênicos da creatina. **Conhecimento em Destaque**, v. 8, n.19, 2020.

CAPPELLETTI, S.; DARIA, P.; SANI, G.; AROMATARIO, M. Caffeine: Cognitive and Physical Performance Enhancer or Psychoactive Drug? **Current Neuropharmacology**, v. 13, p. 71 - 88, 2015.

DABROWSKI, F. A.; GRZECHOCINSKA, B.; WIELGOS, M. The Role of Vitamin D in Reproductive Health-A Trojan Horse or the Golden Fleece? **Nutrients**, v. 7, p. 4139 - 53, 2015.

DE AGUIAR, A. B. R.; DUARTE, E. O.; RIOS, W. R.; SALOMÃO, P. E. A. Benefícios e riscos do uso de Suplementos Alimentares por praticantes de atividades físicas e o papel do Farmacêutico. **Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro**, v. 1, n. 1, 2023.

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.

GOULART, C. B. D. S. C. Farmacêutico e vacinação: novos tempos no Brasil. **Revista Especialize On-line IPOG**, Goiânia, v. 1, 2019.

LAKATOS, EM; Marconi, MA. **Fundamentos de metodologia científica**. São Paulo: Atlas, 2010.
LIMA, D. A. Os dez medicamentos mais vendidos no Brasil no ano de 2018: Aspectos farmacológicos, utilização e o papel do farmacêutico na dispensação. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 10, n. 4, 2019.

LOPES, D. A. M. G.; CRUZ, F. O. Atenção farmacêutica e consultórios farmacêuticos. **Revista das Faculdades Oswaldo Cruz**. Ed, v. 16, 2018.

MELO, 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.

MENDES, E. L. V.; MENDES, H. E. V.; ALVARENGA, R. L.; GOMES, D. C. Avaliação de rotulagem e determinação de proteínas e amido em Whey Protein comercializado no Brasil. **RBNE-Revista Brasileira De Nutrição Esportiva**, v. 12, n. 76, p. 1061-1068, 2018.

MORETTI, S. M. B.; DE OLIVEIRA, D. M.; DE OLIVEIRA, C. S. A.; MANOCHIO, M. G.; SANTOS, D. Perfil e consumo de suplementos nutricionais de praticantes de exercícios físicos em academias. **RBNE- Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 12, n. 74, p. 825-833, 2018.

NASCIMENTO, Paulo Marcos; SCALABRINI, Heloisy Moreira. Benefícios do ômega 3 na prevenção de doença cardiovascular: Revisão integrativa de literatura. **International Journal of Nutrology**, v. 13, n. 03, p. 095-101, 2020.

NEVES, D. C. G.; PEREIRA, R. V.; LIRA, D. S.; FIRMINO, I. C.; TABAI, K. C. Consumo de suplementos alimentares: alerta à saúde pública. Oikos: **Revista Brasileira de Economia Doméstica**, Viçosa, v. 28, n.1, p. 224-238, 2017.

NUNES, G. M.; SILVA, P.; KANTELETTE, A. P.; SILVA, P. A.; MONTEIRO, A. P.; VERGARA, J. A automedicação e o papel do farmacêutico: uma revisão integrativa. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 1, n. 2, p. 55-60, 2017.

OLIVEIRA, H.; NOVAIS, V.; SILVA F. Consumo de suplementos alimentares por jovens na estância turística de Ouro Preto do Oeste - RO. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 12, n. 76, p. 963-971, 2018.

PEREIRA, J. M. F.; COSTA, M. F. D.; CAVALCANTI, J. A. Estilo de vida saudável e busca de opinião no consumo de suplementos alimentares. **Revista de Administração da UFSM**, v. 14, n. 4, p. 750-768, 2021.

RODRIGUES, Adriana Oliveira *et al.* Benefícios do uso da glutamina por atletas de alta performance: Uma revisão sistemática. **Brazilian Applied Science Review**, v. 5, n. 3, p. 1492-1504, 2021.

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

SANTOS, M. R. Do boticário ao bioquímico: as transformações ocorridas com a profissão farmacêutica no Brasil. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, São Paulo, v. 1993, n. 2, p. 175, 2017.

SANTOS, P. C.; DE CARVALHO, A. S.; ANDRADE, L. G. Automedicação e o uso irracional: O papel do farmacêutico no combate a essas práticas. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 728-744, 2021.

SILVA, P. O.; SILVA, V. J.; VASCONCELOS, T. C. L. Consequências da suplementação alimentar com *Whey Protein* para praticantes de exercícios físicos: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 8, p. e21811830933-e21811830933, 2022.

SILVA, A. C. G.; RODRIGUES, O. M. J. Riscos e benefícios no uso de suplementos nutricionais na atividade física. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 12, p. 96770-96784, 2020.

SILVA, R. P. Q. C.; MOANO, P.; SILVEIRA, A. P.; LIRA, J. A.; URTOGO, M.; SILVANA, M. Consumo de suplementos alimentares por praticantes de atividade física em academias. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**, v. 11, n. 65, 2017.

SOARES, G. M.; MOURA, A. S.; SILVA, T. G.; MOLZ, P.; FRANKE, S. I. R. Prevalência do uso de suplementação nutricional pelos praticantes de academia em Santa Cruz do Sul - RS, um estudo piloto. **Revista Brasileira Ciências e Esporte**. v. 6, n.11, 2020.

SOARES, R. X.; DE SOUSA, M. N. A.; ARAÚJO, F. J. L. S.; SIQUEIRA, M. N. N.; EGYPTO, I. A. S. Dor em neonatos: avaliações e intervenções farmacológicas e não farmacológicas. **Revista de Ciências Médicas e Biológicas**, v. 18, n. 1, p. 128-134, jan./abr., 2019.

SOUZA, M. T. D.; SILVA, M. D. D.; CARVALHO, R. D. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein**, v. 8, n. 1, p. 102-106, jan./mar., 2010.

VENDA, M. J. F. Suplementos ergogênicos e probióticos: O papel do farmacêutico comunitário. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**. São Paulo. Vol. 14. Num. 85 p. 210-221, 2019.

VERDAN, K. F. G.; DOS SANTOS, J. E., DE SENNA, J.; V. A. Riscos e benefícios da utilização de suplementos nutricionais, na prática de atividade física. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 10, p. 1592-1606, 2021.