SUPLEMENTOS VITAMÍNICOS: riscos da automedicação e o papel da educação farmacêutica

Márcia Nogueira de Jesus Silva[1]
Isis Juliane Arantes Granja[2]

RESUMO

O consumo indiscriminado de suplementos vitamínicos tem se tornado um problema crescente de saúde pública, especialmente em decorrência da automedicação e da ausência de orientação profissional adequada. A crença de que vitaminas são produtos inofensivos favorece o uso excessivo e desnecessário, podendo gerar efeitos adversos significativos e quadros de hipervitaminose. Este estudo tem como objetivo analisar os riscos associados à automedicação com suplementos vitamínicos e destacar a importância da atuação do farmacêutico na promoção da educação em saúde. Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica realizada com base em artigos científicos publicados entre 2018 e 2024 nas bases SciELO, PubMed e Google Acadêmico. A análise evidenciou que a automedicação está frequentemente relacionada à desinformação, à influência da publicidade e à falta de acompanhamento profissional. Observou-se, ainda, que a intervenção farmacêutica é essencial para orientar o uso racional desses produtos, prevenindo danos à saúde e promovendo o consumo consciente. Conclui-se que a educação farmacêutica representa uma ferramenta fundamental na redução dos riscos da automedicação, fortalecendo a relação entre paciente e profissional e contribuindo para práticas mais seguras e responsáveis no uso de suplementos vitamínicos.

Palavras-chave: Automedicação; Educação em Saúde; Farmacêutico; Hipervitaminose; Suplementos Vitamínicos.

---

[1] Discente do Curso de Farmácia pelo Centro Universitário Universo Goiânia.
[2] Docente do curso de Farmácia do Centro Universitário Universo Goiânia. Doutora em Química pela Universidade Federal de Goiás (UFG), 2025.