



Fórmulas magistrais fitoterápicas na prática clínica do profissional Nutricionista

Phytotherapeutic magistral formulas in the clinical practice of Nutritionists

<https://doi.org/10.32712/2446-4775.2026.1904>

Bem, Larissa Pereira¹

 <https://orcid.org/0009-0008-3525-6213>

Fabris, Fabiane Maciel¹

 <https://orcid.org/0000-0001-6694-3245>

Guimarães, Paula Rosane Vieira^{1*}

 <https://orcid.org/0000-0003-2063-2331>

Souza, Maria Cristina Gonçalves de¹

 <https://orcid.org/0000-0001-9365-1272>

¹Universidade do Extremo Sul Catarinense, Unidade Acadêmica de Saúde - UNASAU. Avenida Universitária, 1105, Universitário, CEP 88806-000, Criciúma, SC, Brasil.

*Correspondência: paulag@unesc.net

Resumo

A fitoterapia pode ser definida como uma terapêutica caracterizada pelo uso de plantas medicinais em suas diferentes formas farmacêuticas, sem a utilização de substâncias ativas isoladas, ainda que de origem vegetal. Este estudo buscou compreender a inserção das fórmulas magistrais fitoterápicas na prática clínica de Nutricionistas, com foco na região Sul de Santa Catarina. A pesquisa, de caráter descritivo e exploratório, envolveu 36 profissionais egressos de um curso de Nutrição, utilizando um questionário digital para coletar dados sobre a prescrição de fitoterápicos. Os resultados revelaram que, embora a maioria dos Nutricionistas ainda não prescreva fitoterápicos regularmente, há um grupo significativo que o faz, principalmente de forma ocasional. As plantas mais utilizadas incluem Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reiss., *Celastraceae*), Cúrcuma (*Curcuma longa* L., *Zingiberaceae*) e Mulungu (*Erythrina mulungu* Mart. ex Benth., *Fabaceae*), sendo empregadas para diversas condições, como controle de peso, melhora da digestão e redução da ansiedade. A percepção geral é de que os fitoterápicos são eficazes e bem tolerados pelos pacientes, com poucos relatos de efeitos adversos. Os achados sugerem um crescente interesse e a necessidade de aprofundamento na área para otimizar a capacitação do profissional Nutricionista e aprimorar a prática clínica.

Palavras-chave: Fitoterapia; Nutricionistas; Fórmulas Magistrais; Prática Clínica; Plantas Mediciniais.

Abstract

Phytotherapy can be defined as a therapeutic approach characterized by the use of medicinal plants in various pharmaceutical forms, without the inclusion of isolated active substances, even if of plant origin. Objective: This study aimed to understand the integration of magistral phytotherapeutic formulas into the clinical practice of nutritionists, focusing on the South of Santa Catarina region. The descriptive and

exploratory research involved 36 nutrition professionals, using a digital questionnaire to collect data on the prescription of phytotherapeutics. The results revealed that, although most nutritionists do not yet regularly prescribe phytotherapeutics, there is a significant group that does, mainly occasionally. The most commonly used plants include Espinheira-santa (*Maytenus ilicifolia* Mart. ex Reiss., Celastraceae), Turmeric (*Curcuma longa* L., Zingiberaceae), and Mulungu (*Erythrina mulungu* Mart. ex Benth., Fabaceae), being employed for various conditions such as weight control, improved digestion, and anxiety reduction. The general perception is that phytotherapeutics are effective and well-tolerated by patients, with few reports of adverse effects. This overview suggests a growing interest and the need for further research in the area to optimize professional training and enhance clinical practice.

Keywords: Phytotherapy; Nutritionists; Magistral Formulas; Clinical Practice; Medicinal Plants.

Introdução

A farmácia de manipulação sempre teve um papel importante na sociedade desde o século XVI, onde datam as primeiras referências à farmácia, os boticários, na qual eram responsáveis por manipular e fornecer medicamentos no país até o surgimento do profissional farmacêutico^[1].

No século XIX, durante a revolução industrial foi que a fitoterapia teve seu maior avanço, devido ao progresso científico na área de química orgânica, o que permitiu analisar, identificar e separar os princípios ativos das plantas. O farmacêutico alemão Friedrich Wilhelm Adam Serturmer ganha destaque na época, por ter isolado o princípio ativo do ópio e quinino, isolado a partir da casca da quina (*Couarea hexandra* S.) o que possibilitou avanço no tratamento da malária^[2].

No presente as farmácias de manipulação são responsáveis por uma grande parcela do mercado de medicamentos no Brasil. Esse setor ressurgiu na década de 1980, após o quase desaparecimento devido à grande crescente da indústria farmacêutica na década de 1950^[1].

A Organização Mundial de Saúde (OMS) acredita que 85% das pessoas do mundo utilizam plantas medicinais para tratar da saúde, 80% das pessoas dos países em desenvolvimento dependem da Medicina Tradicional e/ou Complementar para suas necessidades básicas de saúde, e que 85% da Medicina Tradicional envolve o uso de extratos de plantas. O aumento do uso de fitoterápicos pode ser associado ao fato de que a população está questionando os perigos do uso abusivo e irracional de produtos farmacêuticos e procura substituí-los por plantas medicinais. A comprovação da ação terapêutica também favorece essa dinâmica. Além disso, registra-se a insatisfação da população perante o sistema de saúde oficial e, também, a necessidade de poder controlar seu próprio corpo e recuperar sua saúde, assumindo as práticas de saúde para si ou para sua família^[2].

Considerando a rica biodiversidade brasileira e sua enorme potencialidade no que diz respeito as plantas medicinais, no ano de 2006 duas políticas foram publicadas para o setor de plantas medicinais e fitoterápicos no Brasil, a fim de incentivar a prática desse tipo de terapia pelos profissionais da saúde. A primeira foi a Portaria Ministerial MS/GM n° 971, de 03 de maio de 2006, aprovando a Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC) no Sistema Único de Saúde (SUS), que prevê a incorporação de terapias como a homeopatia, o termalismo, a acupuntura e a fitoterapia nesse sistema^[3].

A segunda, foi o Decreto nº 5813, de 22 de junho de 2006, que aprova a Política Nacional de Plantas Medicinais e Fitoterápicos (PNPMF) e dá outras providências, o autor^[3] esclarece que essa Política estabelece diretrizes e linhas prioritárias para o desenvolvimento de ações pelos diversos parceiros em torno de objetivos comuns voltados à garantia do acesso seguro e do uso racional de plantas medicinais e fitoterápicos em nosso País. Também traça diretrizes para o desenvolvimento de tecnologias e inovações, assim como o fortalecimento das cadeias e dos arranjos produtivos. A política orienta também para o uso sustentável da biodiversidade brasileira e o desenvolvimento do complexo produtivo da saúde.

Desde 2007, com a implementação da Resolução do Conselho Federal de Nutricionistas nº 402, de 6 de agosto de 2007, foi autorizada a todos os nutricionistas a prescrição de fitoterápicos de uso oral, sejam eles na forma de droga vegetal *in natura* ou em diversas apresentações farmacêuticas. A prescrição de fitoterápicos é restrita a profissionais qualificados, como médicos, nutricionistas (autorizados a prescrever planta fresca ou droga vegetal, somente para uso oral, sem prescrição de uso tópico ou medicamentos de tarja vermelha, de exclusiva prescrição médica, e com indicações terapêuticas que se enquadrem no seu campo de conhecimento), dentistas (autorizados a prescrever apenas fitoterápicos relacionados à área odontológica), médicos-veterinários (limitados à prescrição dentro do campo da veterinária), farmacêuticos (autorizados a prescrever medicamentos manipulados na própria farmácia ou isentos de prescrição para doenças de baixa gravidade e atenção básica à saúde) e enfermeiros (desde que tenham realizado um curso reconhecido de, no mínimo, 360 horas, equivalente a uma pós-graduação)^[4].

Todos os profissionais devem estar devidamente registrados em seus Conselhos Regionais para realizar as prescrições, sempre dentro de suas áreas de atuação e em conformidade com o código de ética profissional. No campo da Nutrição, os fitoterápicos são frequentemente utilizados como auxiliares na perda de peso, principalmente devido a suas propriedades ansiolíticas, termogênicas e antioxidantes, entre outras. Embora a prescrição de fitoterápicos por nutricionistas esteja regulamentada no Brasil há algum tempo, ainda é necessário avançar nas pesquisas sobre fitoterapia e identificar quais são os fitoterápicos mais frequentemente utilizados, a fim de compreender as demandas atuais e garantir a capacitação adequada dos profissionais^[4].

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi investigar a prescrição de fitoterápicos por Nutricionistas em farmácias magistrais no Sul de Santa Catarina.

Metodologia

Pesquisa do tipo descritiva, de campo, transversal, exploratória, com abordagem quantitativa. População constituída de Nutricionistas egressos do curso de Nutrição de uma universidade no extremo catarinense com amostragem não probabilística com a participação de 36 profissionais.

O projeto foi aprovado pelo comitê de ética na pesquisa da UNESC com Certificado de Apresentação para Avaliação Ética nº 75986023.9.0000.0119 e Parecer nº 6.564.657. Após aprovação do CEP, foi feito contato com a coordenação do curso de Nutrição da referida universidade para enviar um link para cada egresso acessar um questionário digital com o Termo de consentimento livre e esclarecido (TCLE) e um prazo para resposta do mesmo. Este procedimento respeitou a Lei Geral de Proteção de Dados, pois não houve compartilhamento direto de dados pessoais entre o curso e as pesquisadoras para resguardo de todos os envolvidos, pesquisadores, instituição proponente e principalmente do participante da pesquisa. Salienta-

se que os participantes do estudo foram abordados pelo endereço digital fornecido pelo curso de Nutrição e que o envio realizado pela coordenação do curso e que as pesquisadoras não tiveram acesso ao endereço de e-mails da detentora. O acesso ao questionário online se deu após a concordância do termo de TCLE, ou seja, após ler e concordar com o TCLE é que o participante teve acesso ao questionário. Para o questionário eletrônico, foi utilizada a ferramenta on-line Google Forms® disponível ao usuário da conta Google, em que foi criado um questionário digital.

A análise foi descritiva (frequências absolutas e relativas, média, desvio padrão, valores mínimos e máximos). Os dados foram tabulados e digitados no programa Excel, e a análise estatística utilizou o software SPSS (*Statistical Packages for the Social Sciences*) versão 22. Os resultados são apresentados em tabelas.

Resultados e Discussão

A **TABELA 1** apresenta as principais características sociodemográficas e formativas de 36 profissionais egressos de um curso de Nutrição localizado no Extremo Sul de Santa Catarina. Observou-se maioria do sexo feminino 94,4% (n=34) com idade entre 20 e 29 anos de idade 66,7% (n=24), ano de conclusão do curso da maioria dos participantes foi em 2023 com 30,6% (n=11) e 2024 com 27,8% (n=10), com formação complementar para 61,1% (n=22) dos egressos que cursaram alguma pós-graduação. Entre os cursos realizados, as áreas mais frequentes foram Nutrição Clínica 21,3% (n=8), Nutrição Esportiva 16,3% (n=6) e Nutrição Funcional 10,8% (n=4) e as instituições onde essas pós-graduações foram cursadas, a Universidade do Extremo Sul Catarinense (UNESC) foi a mais mencionada 26,9% (n=7), seguida pela VP Nutrição Funcional 15,4% (n=4) e pela Plenitude Educação 11,5% (n=3).

TABELA 1: Características do profissional Nutricionista egresso de um curso de Nutrição no Extremo Sul Catarinense.

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Sexo		
Feminino	34	94,4
Masculino	2	5,6
Idade		
De 20 a 29 anos	24	66,7
De 30 a 39 anos	8	22,2
De 40 ou mais	4	11,1
Ano de conclusão da graduação		
2015	1	2,8
2018	3	8,3
2020	1	2,8
2021	4	11,1
2022	6	16,7
2023	11	30,6
2024	10	27,8
Fez algum curso de Pós-Graduação		
Sim	22	61,1
Não	13	36,1

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Não respondeu	1	2,8
Se sim qual ou quais?*	(n=37)	
Nutrição Clínica	8	21,3
Nutrição Esportiva	6	16,3
Nutrição Funcional	4	10,8
Emagrecimento e Obesidade	2	5,5
Gerontologia	1	2,7
Materno Infantil	1	2,7
Fitoterapia	1	2,7
Exames Laboratoriais	1	2,7
Oncologia	1	2,7
Comportamento Alimentar	1	2,7
Vigilância Sanitária	1	2,7
Estética	2	5,5
Mestrado	3	8,2
Residência	4	10,8
Ortomolecular	1	2,7
Em qual instituição	n=26	
Albert Einstein - SP	2	7,8
Coimbra Academy	1	3,8
Estácio de Sá	1	3,8
Faculdade Uniguaçu	1	3,8
Faculdade Favoni	1	3,8
FICSAE Faculdade Israelita de Ciência da Saúde	1	3,8
VP Nutrição Funcional	4	15,4
INADES	2	7,8
IPGS	1	3,8
Plenitude Educação	3	11,5
UNESC	7	26,9
Unopar	2	7,8

Fonte: Dados da pesquisa, 2025.* Mais de uma resposta.

A **TABELA 2** detalha a prática de prescrição de fitoterápicos pelos nutricionistas egressos e as condições de saúde frequentemente tratadas com esses produtos. Verifica-se que a maioria dos profissionais, 63,9% (n=23), declarou não prescrever fitoterápicos. Entre os 36,1% (n=13) que prescrevem, a frequência mais comum é ocasional, reportada por 38,5% (n=5) desses prescritores, seguida por semanalmente (30,7%, n=4) e raramente (23,1%, n=3). Apenas um profissional (7,7%) relatou prescrever diariamente. Quanto aos fitoterápicos mais prescritos (considerando 30 respostas, incluindo produtos não fitoterápicos mencionados), destacam-se plantas como Espinheira-santa, Cúrcuma, Hortelã, Camomila, Mulungu,

Alcachofra, *Camellia sinensis* e *Garcinia cambogia*, mencionadas em 73,3% (n=22) das respostas. Produtos não estritamente fitoterápicos, como extrato de laranja moro e Morosil, foram citados em 26,7% (n=8) das respostas. As condições de saúde mais comuns para as quais os fitoterápicos são recomendados (baseado em 30 respostas) incluem controle do peso (26,7%, n=8), digestão (23,4%, n=7) e ansiedade (23,3%, n=7). Nenhum paciente apresentou resistência ao uso de fitoterápicos, segundo os 13 nutricionistas que prescrevem. Em relação à eficácia percebida para controle de peso (baseado em 44 respostas, incluindo suplementos), fitoterápicos como Chá verde, Hibisco e Cúrcuma foram mencionados em 75,0% (n=33) das respostas, enquanto suplementos como Mitburn e Morosil foram citados em 25,0% (n=11). A prescrição de fitoterápicos ansiolíticos foi realizada por 22,2% (n=8) dos nutricionistas, sendo Mulungu e Passiflora (presente em Calmon/Seakalm) os mais citados (28,6%, n=4 cada, em um total de 14 respostas sobre quais ansiolíticos prescrevem).

TABELA 2: Prescrição de fitoterápicos e condições de saúde comumente tratadas pelos Nutricionistas egressos de um curso de Nutrição no Extremo Sul Catarinense.

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Prescreve Fitoterápicos		
Sim	13	36,1
Não	23	63,9
Se sim, frequência		
Diariamente	1	7,7
Semanalmente	4	30,7
Ocasionalmente	5	38,5
Raramente	3	23,1
Quais fitoterápicos você mais prescreve?	(n=30)	
Espinheira-santa; Cúrcuma; Hortelã; Camomila; Mulungu; Alcachofra; <i>Camellia sinensis</i> ; <i>Garcinia cambogia</i> ; Melissa; <i>Gymnema</i> ; Gengibre; Alecrim; Hibisco; Erva doce; Passiflora; <i>Rhodiola rosea</i>	22	73,3
Produtos não fitoterápicos		
Extrato de laranja moro; Extrato de própolis verde; Cafeína; Morosil; Cactin; Okralin; Phytgen; Picolinato de cromo	8	26,7
Em quais condições de saúde você recomenda fitoterápicos*	(n=30)	
Ansiedade	7	23,3
Controle do peso	8	26,7
Inflamação	6	20,0
Digestão	7	23,4
Manejo de sintomas em tratamento de câncer	1	3,3
Retenção, alterações intestinais	1	3,3
Seus pacientes resistem ao uso de fitoterápicos		
Sim	-	
Não	13	100
Na sua opinião, quais fitoterápicos são mais eficazes no controle de peso*	(n=44)	

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Cloak, Chá verde, Hibisco, Cavalinha, Cúrcuma, Canela, Mulungu, Garcinia, Orégano, Gengibre, Carqueja, Cártamo, Glucomannan, Safrin, Laranja amarga	33	75,0
Suplementos: Mitburn, Phytgen, Morosil, Cactin	11	25,0
Você prescreve fitoterápicos ansiolíticos? *		
Sim	8	22,2
Não	28	77,8
Quais	(n=14)	
Calmon, Seakalm (passiflora)	4	28,6
Camomila	2	14,3
Mulungu	4	28,6
Valeriana	2	14,3
Zembrin	1	7,1
Suplemento mineral: Picolinato de cromo	1	7,1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025. * Mais de uma resposta.

A **TABELA 3** mostra a percepção dos nutricionistas sobre os benefícios e efeitos adversos associados ao uso de fitoterápicos por seus pacientes. Quanto aos benefícios mais relatados (com base em 36 respostas), a melhora da digestão foi o mais frequente, mencionado por 47,2% (n=17) dos profissionais. A redução da ansiedade foi relatada por 30,5% (n=11) e a perda de peso por 16,7% (n=6). Detalhando esses benefícios, a melhora na saúde gastrointestinal (alívio de sintomas como refluxo, azia, melhora da digestão e regularidade intestinal) foi especificada em 33,3% (n=3 de 9 especificações) das respostas detalhadas. O bem-estar emocional e mental (redução da ansiedade, calma, melhora no sono) foi detalhado em 22,3% (n=2 de 9) e o controle de peso e metabolismo (redução de retenção de líquido, melhora na saciedade) em 33,3% (n=3 de 9). Em relação aos efeitos adversos (considerando 25 respostas sobre observação de efeitos), a grande maioria dos nutricionistas, 80,0% (n=20), afirmou não ter observado efeitos colaterais. Entre os 20,0% (n=5) que observaram, a náusea foi o efeito adverso mais comum, relatado por 60,0% (n=3) desses cinco profissionais. Dor de cabeça e indisposição por uso de dose excessiva foram mencionados por um profissional cada (20,0%).

TABELA 3: Benefícios e efeitos adversos dos fitoterápicos relatados pelos Nutricionistas egressos de um curso de Nutrição no Extremo Sul Catarinense.

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Quais benefícios seus pacientes mais relatam após usar fitoterápicos?	(n=36)	
Redução de ansiedade	11	30,5
Perda de peso	6	16,7
Melhora da digestão	17	47,2
Melhora intestinal	1	2,8
Melhora do sono	1	2,8
Especifique:		
Bem-estar emocional e mental	(n=9)	

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Redução da ansiedade, mais calma, redução do estresse e melhora no sono; Melhora na disposição e menor vontade de doce.	2	22,3
Qualidade do sono		
Melhora do sono, incluindo sono mais profundo e relaxante.	1	11,1
Saúde gastrointestinal		
Melhora na digestão e digestibilidade; Alívio de refluxo, dispepsia, azia e desconforto gástrico; intestino regular e menor retenção.	3	33,3
Controle de peso e metabolismo		
Redução de retenção de líquido; Menor inchaço, melhora na saciedade e saúde intestinal (uso do psyllium)*; Relatos de perda de peso quando associado a dieta e atividade física.	3	33,3
Já observou efeitos adversos	(n=25)	
Sim	5	20,0
Não	20	80,0
Quais	(n=5)	
Dor de cabeça	1	20,0
Náusea	3	60,0
Uso próprio de dose excessiva gerando indisposição	1	20,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2025. * Mais de uma resposta.

Na **TABELA 4**, apresentam-se os aspectos relacionados à formação em fitoterapia dos nutricionistas egressos. Uma ampla maioria, 91,7% (n=33), considerou que sua formação na graduação não foi suficiente para prescrever fitoterápicos com segurança, enquanto apenas 8,3% (n=3) a consideraram suficiente. Nos comentários sobre a formação, os pontos fracos foram os mais mencionados (33,3%, n=12), destacando-se a falta de aprofundamento, carga horária reduzida e ausência de prática. Sugestões de melhorias, como inclusão da disciplina na grade obrigatória e maior carga horária, foram feitas por 30,6% (n=11). Apenas 13,9% (n=5) mencionaram pontos fortes. Quanto à formação complementar, 72,2% (n=26) não realizaram curso de especialização em fitoterapia, enquanto 11,1% (n=4) fizeram algum curso (alguns não reconhecidos pelo MEC ou como disciplina isolada). Para atualização sobre o tema (baseado em 70 respostas), os artigos científicos são a fonte mais utilizada (40,0%, n=28), seguidos por cursos (24,4%, n=17), internet (blogs, vídeos) e livros (ambos com 12,8%, n=9). Quase todos os profissionais (97,2%, n=35) sentem necessidade de mais capacitação em fitoterapia. As áreas de maior interesse para capacitação adicional (com base em 94 respostas) são segurança (28,7%, n=27), interações medicamentosas (26,6%, n=25) e atualização sobre novos fitoterápicos (25,5%, n=24), além de legislação (17,1%, n=16).

TABELA 4: Características da formação em Fitoterapia por Nutricionistas egressos de um curso de Nutrição no Extremo Sul Catarinense.

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Sua formação foi suficiente para prescrever fitoterápicos.		
Sim	3	8,3
Não	33	91,7

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Comentários sobre a formação		
<u>Pontos fortes</u> (conteúdo bem explicado; professores e estrutura acadêmica de qualidade; formação sólida em Nutrição)	5	13,9
<u>Pontos fracos</u> (falta de aprofundamento na fitoterapia; disciplina optativa com carga horária reduzida; ausência de preparação específica para prescrição; falta de vivência prática na graduação; dificuldade na prescrição segura).	12	33,3
<u>Sugestões de melhorias</u> (propostas para inclusão da fitoterapia na grade curricular obrigatória, maior direcionamento na prescrição e aumento da carga horária da disciplina).	11	30,6
<u>Pós-graduação</u> (falta de vivência prática na pós-graduação; dificuldade na prescrição segura).	8	22,2
Fez algum curso de especialização em fitoterapia		
Sim (curso não reconhecido pelo MEC; disciplina isolada dentro da pós)	4	11,1
Não	26	72,2
Não respondeu	6	16,7
Quais fontes você usa para se atualizar sobre fitoterápicos*		
	(n=70)	
Artigos científicos	28	40
Livros	9	12,8
Cursos	17	24,4
Seminários	6	8,6
Internet (blogs, vídeos)	9	12,8
Outros: Congresso	1	1,4
Sente necessidade de mais capacitação em fitoterapia		
Sim	35	97,2
Não	1	2,8
Em quais áreas? *		
	(n=94)	
Atualização sobre novos fitoterápicos	24	25,5
Segurança	27	28,7
Interações	25	26,6
Legislação	16	17,1
Eficácia	2	2,1

Fonte: Dados da pesquisa, 2025. * Mais de uma resposta.

A **TABELA 5** aborda as dificuldades e desafios enfrentados pelos nutricionistas na prescrição de fitoterápicos, incluindo a percepção sobre demanda, regulamentação e aceitação. A maioria dos profissionais, 80,6% (n=29), percebe um aumento na demanda por tratamentos naturais, sendo a busca por alternativas naturais o principal motivo apontado (80,5%, n=29 de 36 respostas sobre motivos). Quanto à regulamentação da fitoterapia no Brasil, as opiniões se dividiram: 50,0% (n=18) a consideram adequada, enquanto 36,1% (n=13) a veem como inadequada. Entre os pontos a melhorar na regulamentação (com base em 18 respostas),

destacam-se a necessidade de maior clareza e acesso à informação (33,3%, n=6) e a ampliação da formação profissional e capacitação (33,3%, n=6). A maioria expressiva dos nutricionistas (86,1%, n=31) acredita que a prescrição de fitoterápicos será mais valorizada no futuro, principalmente devido ao maior interesse por tratamentos naturais (77,5%, n=31 de 40 respostas sobre o porquê). A aceitação da fitoterapia por outros profissionais de saúde foi considerada razoável pela maioria (69,4%, n=25), enquanto 19,4% (n=7) a consideram boa e 11,1% (n=4) baixa. Sobre a qualidade dos fitoterápicos disponíveis no Brasil, 58,3% (n=21) acreditam que ela atende às exigências, mas 41,7% (n=15) discordam. Os principais problemas apontados por quem discorda (com base em 27 respostas) são relacionados à regulamentação (40,7%, n=11) e ao controle de qualidade (37,1%, n=10), além da disponibilidade (22,2%, n=6).

TABELA 5: Caracterização das dificuldades e desafios do profissional Nutricionista egresso de um curso de Nutrição no Extremo Sul Catarinense.

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
Percebe aumento na demanda por tratamentos naturais?		
Sim	29	80,6
Não	7	19,4
Motivos para demanda		
Descontentamento com medicamentos	7	19,5
Busca por alternativas naturais	29	80,5
Outros motivos		
Algumas pessoas depositam a confiança na perda de peso totalmente no fitoterápico, pois acreditam ser mais fácil do que seguir uma alimentação saudável.	1	50,0
Muitos pacientes preferem algo natural primeiro, caso não faça o efeito esperado eles vão para medicação, outros fazem o uso dos dois juntos como na gastrite e refluxo	1	50,0
Como avalia a regulamentação		
Adequada	18	50,0
Inadequada	13	36,1
Não respondeu	5	13,9
Pontos que podem melhorar (mais clareza, mais formação etc.)	(n=18)	
<u>Formação profissional e capacitação</u> (ampliação da formação com maior oferta de cursos específicos e acessíveis sobre fitoterapia para profissionais de saúde; facilitar a formação na fitoterapia, uma formação em menor tempo; a regulamentação atual poderia melhorar o acesso à informação qualificada durante a graduação, com mais conteúdos sobre fitoterapia integrados à formação base dos profissionais da saúde; clareza e estar na grade de nutrição, sem necessidade de especialização para prescrever; mais formação sobre a legislação).	6	33,3
<u>Clareza e acesso à informação</u> (maior clareza na legislação; melhor acesso a conteúdo confiáveis; mais clareza sobre os fitoterápicos, explicando qual a dosagem a ser usada, recomendações; informações equivocadas na Internet)	6	33,3
<u>Atualização e rigor na regulamentação</u> (atualização constante e revisão periódica da regulamentação para acompanhar novas evidências científicas; poderia ser mais rígida, muitas vezes os	3	16,7

Variáveis	Frequência absoluta (n)	Percentual (%)
fitoterápicos são considerados “inofensivos”, porém não são; mais informação sobre sua real eficácia, muitos extrapolam).		
<u>Uso correto e seguro</u> (atenção maior nas dosagens e formas de administração de cada fitoterápico, seja em chás, cápsulas, tinturas etc.; clareza sobre os fitoterápicos, explicando qual a dosagem a ser usada).	2	11,2
<u>Divulgação e acesso pelo público</u> (tem pouca divulgação para usuário procurar tratamento com fito).	1	5,5
A prescrição de fitoterápicos será mais valorizada no futuro?		
Sim	31	86,1
Não	5	13,9
Porque*	(n=40)	
Maior interesse por tratamentos naturais	31	77,5
Melhor aceitação pelo público	9	22,5
Outros	(n=2)	
Com as novas tecnologias farmacêuticas, acredito que os fitoterápicos serão menos valorizados	1	50,0
É por muitas vezes caro, difícil de achar laboratórios que conseguem fazer a manipulação como prescrito. Além disso, as pessoas não observam efeito imediato e acabam desistindo de usar.	1	50,0
Como a fitoterapia é aceita entre outros profissionais de saúde		
Aceitação Boa	7	19,4
Aceitação Razoável	25	69,4
Aceitação Baixa	4	11,1
A qualidade dos fitoterápicos no Brasil atende às exigências?		
Sim	21	58,3
Não	15	41,7
SE NÃO, quais os problemas observados*	(n=27)	
Controle de qualidade	10	37,1
Regulamentação	11	40,7
Disponibilidade	6	22,2
Caso tenha selecionado OUTROS, especificar		
Falta uma fiscalização e regulação mais eficaz dos fitoterápicos, até para ter mais segurança na hora de fazer a prescrição. Tem muitas lojas que vendem fitoterápicos sem a regulação da ANVISA, assim não tem como a gente ter a certeza se o que tem ali realmente é o fito, ou algum placebo.	1	50,0
O conhecimento empírico, de pessoas não especializadas, pode, muitas vezes prejudicar ao invés de melhorar o bem-estar de pacientes ou pessoas enfermas. Fatores como: uso contínuo, dosagem e forma de preparação dos fitoterápicos muitas vezes são desconhecidos pela população não especializada.	1	50,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2025. * Mais de uma resposta.

O perfil encontrado reflete a tendência nacional observada pelo Conselho Federal de Nutricionistas (CFN), que em seu levantamento sobre a inserção profissional no ano de 2017, também identificou uma vasta maioria de mulheres (94,1%) na profissão^[5]. A concentração na faixa etária mais jovem também é consistente com dados nacionais, embora o estudo do CFN aponte uma distribuição etária um pouco mais ampla, com 80,9% dos profissionais situando-se entre 25 e 44 anos^[5].

A alta prevalência de egressos recentes (2023 e 2024) sugere uma boa capacidade de absorção ou um interesse crescente pela profissão na região estudada. A busca por formação complementar foi um dado relevante, com 61,1% dos egressos possuindo pós-graduação. Este percentual é ligeiramente inferior à média nacional reportada pelo CFN (73,2%)^[5], mas ainda assim demonstra um forte investimento em especialização após a graduação.

Um estudo^[2] com a participação 587 Nutricionistas de diferentes áreas de atuação, encontrou 63,9% dos profissionais com algum tipo de pós-graduação, em que o autor afirma a importância da pós-graduação para o Nutricionista brasileiro, destacando-a como um diferencial na atuação profissional. As áreas de maior procura, Nutrição Clínica, Esportiva e Funcional, refletem as tendências de mercado e as demandas por especialização em nichos específicos da nutrição, conforme apontado em diversas análises sobre o campo de atuação do Nutricionista no Brasil^[5,6]. A concentração de pós-graduações em instituições regionais como a UNESC, e outras reconhecidas nacionalmente, VP Nutrição Funcional, Plenitude Educação, indicam a busca por qualificação em centros de referência, alinhando-se à necessidade de aprimoramento contínuo na área.

A análise da prática prescritiva demonstra que a inclusão da fitoterapia ainda não é uma realidade dominante entre os egressos, apesar da crescente valorização de abordagens naturais pela sociedade. Esta menor adesão pode ser reflexo das fragilidades na formação de graduação, ou de inseguranças relacionadas à regulamentação e comprovação de eficácia, barreiras frequentemente citadas na literatura^[7]. Nos casos em que a prescrição ocorre, a frequência predominantemente ocasional ou semanal sugere uma utilização mais pontual do que integrada à rotina clínica, um padrão também observado no estudo^[7] realizado com 85 nutricionistas da região Sul do Brasil, utilizando questionário estruturado para avaliar a percepção sobre prescrição fitoterápica, revelando que 41,7% dos profissionais prescrevem fitoterápicos, sendo que 32,2% o fazem ocasionalmente, 9,4% semanalmente e apenas 2,4% diariamente.

As condições de saúde que motivam a prescrição alinham-se às aplicações tradicionais e científicas de muitos fitoterápicos conhecidos, como os voltados para o manejo digestivo, metabólico e do estresse. Contudo, a citação conjunta de fitoterápicos e outros suplementos, principalmente quando se fala em controle de peso, mostra que existe uma certa confusão conceitual que precisa ser melhor esclarecida tanto na formação quanto na prática profissional. Conforme destacado por Camargo e Pereira^[8], a boa aceitação da fitoterapia pelos pacientes é um fator positivo, mas a percepção de eficácia, particularmente para condições complexas como o sobrepeso, exige uma avaliação cuidadosa e com boa base teórica, distinguindo claramente as evidências de cada produto^[4]. O trabalho de Camargo e Pereira^[8] consistiu em uma reflexão teórica sobre a prática da fitoterapia pelo nutricionista, analisando aspectos legais, éticos e técnicos da prescrição, com base em revisão da literatura nacional e internacional sobre o tema.

A percepção dos nutricionistas sobre os resultados da fitoterapia destaca benefícios consistentes com as aplicações terapêuticas estabelecidas para diversas plantas medicinais, particularmente no que afeta à saúde digestiva e ao bem-estar emocional.

Segundo Siqueira e Martins, em um estudo transversal descritivo que investigou 85 nutricionistas da região Sul do Brasil através de questionário online, avaliando conhecimentos, percepções e práticas relacionadas à prescrição de fitoterápicos na prática clínica^[4], o destaque da melhora digestiva como benefício mais relatado pode estar associado à alta prevalência de queixas gastrointestinais na prática nutricional e à eficácia reconhecida de fitoterápicos para essas condições. A observação de melhorias no estado emocional e na qualidade do sono reforça o valor de abordagens integrativas no cuidado em saúde, como sugerido foi uma pesquisa^[9] de campo realizada na região Centro-Norte do Estado do Rio de Janeiro, envolvendo 200 usuários de plantas medicinais e 100 profissionais de saúde, utilizando questionários estruturados para avaliar o consumo, aceitação e modo de uso de plantas medicinais, demonstrando que 63% dos profissionais reconhecem a eficácia das plantas medicinais. Por outro lado, a baixa frequência de relatos de efeitos adversos pode ser interpretada de maneiras distintas: ou reflete um bom perfil de segurança dos produtos mais utilizados e das dosagens, ou pode refletir casos que não foram relatados ou a dificuldade de perceber e ligar os sintomas ao uso do fitoterápico.

Conforme adverte Veiga Junior^[9], a literatura alerta contra a noção de que produtos naturais são inofensivos, enfatizando a importância do conhecimento sobre segurança, interações e potencial toxicidade. O relato isolado de mal-estar associado a doses excessivas serve como um lembrete da necessidade de orientação profissional qualificada para o uso seguro e eficaz da fitoterapia, mesmo que eventos adversos graves não tenham sido reportados neste grupo.

Os resultados sobre a formação em fitoterapia expõem uma vulnerabilidade crítica, a grande maioria dos egressos percebe a graduação como insuficiente para habilitá-los à prescrição segura, um sentimento que ecoa em diversos estudos sobre o ensino de Nutrição no país. Cabe salientar que o papel da graduação não é o de formar prescritores para fitoterápicos e sim de apresentar uma disciplina sobre fitoterapia que estimule o futuro profissional, caso tenha interesse, a realizar especialização ou pós-graduação (*lato sensu* ≥ 360h) reconhecida pelo MEC.

No estudo de Camargo e Pereira^[8], as críticas direcionadas à falta de aprofundamento, carga horária inadequada e ausência de prática supervisionada apontam para a necessidade de uma revisão curricular que contemple de forma mais robusta as competências necessárias para a prática da fitoterapia. O trabalho de Camargo e Pereira^[8] abordou especificamente a formação em fitoterapia tanto na graduação quanto na pós-graduação, destacando que os currículos de graduação em Nutrição apresentam deficiências na abordagem da fitoterapia, sendo necessária capacitação adicional através de cursos de pós-graduação *lato sensu* ou *stricto sensu* para o desenvolvimento de competências adequadas. A capacitação específica é fundamental para ir além do conhecimento superficial. A busca ativa por atualização, principalmente via artigos científicos e cursos livres, sinaliza o reconhecimento dessa lacuna pelos próprios profissionais e o desejo de aprimoramento. Contudo, a baixa adesão a cursos de especialização formais pode indicar barreiras de acesso, custo ou oferta. A necessidade quase universal de mais capacitação, com foco em segurança, interações e legislação, é um chamado claro para o fortalecimento da educação continuada e a integração mais efetiva da fitoterapia nos programas de graduação. Essa deficiência formativa impacta diretamente a autoconfiança e a competência percebida, limitando a utilização plena e segura dessa ferramenta terapêutica. Schwarz e Araujo^[10] reforçam que o conhecimento insuficiente sobre plantas medicinais entre estudantes de Nutrição é um problema persistente que precisa ser enfrentado com mudanças estruturais na formação acadêmica.

O estudo de Schwarz e Araujo^[10] foi uma pesquisa quantitativa transversal realizada com 72 estudantes de Nutrição de uma universidade da Grande Florianópolis, utilizando questionário estruturado para avaliar o conhecimento sobre fitoterapia, revelando que 80,56% consideram importante o conhecimento sobre fitoterapia, porém apenas 11,11% se sentem preparados para prescrever fitoterápicos, evidenciando a necessidade de melhor capacitação acadêmica. Porém, no presente estudo observou-se que nenhum dos Nutricionistas egressos possuíam título de especialista ou pós-graduação (lato sensu \geq 360h) para realizar prescrição.

O panorama apresentado sobre as dificuldades na prescrição de fitoterápicos revela um cenário de contrastes. Por um lado, há uma clara percepção do aumento da demanda por tratamentos naturais, alinhada a uma tendência global. Por outro, persistem desafios estruturais significativos. A incerteza quanto à adequação da regulamentação brasileira, refletida na divisão de opiniões dos egressos, sugere ambiguidades ou falta de familiaridade com as normativas, impactando a segurança da prática. Conforme observado por Siqueira e Martins^[7], as solicitações por maior clareza regulatória, acesso facilitado à informação e mais oportunidades de formação profissional indicam os caminhos necessários para superar essas barreiras. O otimismo quanto à valorização futura da fitoterapia é notável, mas a percepção de uma aceitação ainda apenas "razoável" por outros profissionais de saúde pode representar um obstáculo à colaboração interdisciplinar. Além disso, as dúvidas expressivas sobre a qualidade e o controle dos produtos fitoterápicos disponíveis no mercado brasileiro constituem uma preocupação central. A falta de confiança na qualidade, associada a problemas percebidos na fiscalização e regulamentação, representa uma dificuldade para a prescrição segura e a consolidação da fitoterapia como prática baseada em evidências no Brasil. Assis e Lima^[11] destacaram que a superação desses desafios exige esforços conjuntos em regulamentação, fiscalização, pesquisa e educação.

Conclusão

Os achados deste estudo reforçam a relevância crescente da fitoterapia na prática nutricional, especialmente diante da busca por abordagens mais naturais e integrativas na saúde. Apesar de uma parcela considerável de Nutricionistas ainda não incorporar plenamente a prescrição de fitoterápicos, os dados indicam um potencial promissor para a expansão dessa prática.

A diversidade de plantas medicinais empregadas e a percepção positiva de seus benefícios pelos profissionais e pacientes sublinham a eficácia e a segurança dessas abordagens quando bem aplicadas. Para que a fitoterapia se consolide ainda mais no campo da Nutrição, é fundamental investir em pesquisas que aprofundem o conhecimento sobre os fitoterápicos mais utilizados, suas interações e dosagens ideais. Além disso, programas de capacitação contínua são essenciais para empoderar os Nutricionistas, garantindo que estejam aptos a prescrever com segurança e confiança, contribuindo assim para uma prática clínica mais completa e alinhada às necessidades da população.

Fonte de Financiamento

Não houve.

Conflitos de interesse

Sem conflitos de interesses.

Colaboradores

Concepção do estudo: LPB

Curadoria dos dados: LPB

Coleta de dados: LPB

Análise dos dados: PRVG

Redação do manuscrito original: LPB; PRVG

Redação da revisão e edição: LPB; PRVG; FMF; MCGS.

Referências

1. Bonfilio R, Emerick GL, Júnior AN, Salgado HRN. Farmácia Magistral: sua importância e seu perfil de qualidade. **Rev Baiana Saúde Públ.** 2010; 34(3): 653–64. [acesso em: 10 set 2024]. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/server/api/core/bitstreams/2372cfe2-f499-4ebd-b114-ada4fdf4c117/content>].
2. Marques N. **Fitoterapia**. São Paulo: Valéria Paschoal Editora; 2014. 272 p. (Coleção Nutrição Clínica Funcional).
3. Panizza ST. **Como prescrever ou recomendar plantas medicinais e fitoterápicos**. São Luís (MA): Conbrafito; 2010. 249 p.
4. David RB, Bello GB. Prescrição de fitoterapia por nutricionistas em farmácias magistrais. **BRASPEN J.** 2017; 32(3): 288–92. [acesso em: 16 set 2024]. Disponível em: <https://braspenjournal.org/article/doi/10.37111/braspenj.2017.32.3.16>].
5. Conselho Federal de Nutricionistas (CFN). **Inserção Profissional dos Nutricionistas no Brasil**. 1ª Edição. Brasília: CFN; 2018. [acesso em: 26 mai. 2025]. Disponível em: <https://dashboard.univinte.edu.br/download/livros/9e05084c06bf2a393c3ac51ba7decb64.pdf>].
6. Akutsu RC. Os nutricionistas brasileiros: perfil profissional e demográfico. **Rev Nutr.** 2023; 36: e230001. [acesso em: 26 mai. 2025]. Disponível em: <https://puccampinas.emnuvens.com.br/nutricao/article/view/9551>].
7. Siqueira ABL, Martins RD. Prescrição fitoterápica por nutricionistas: percepção e adequação à prática. **Vittale Rev Cienc Saúde.** 2018; 30(1 esp.): 72–83. [acesso em: 26 mai. 2025]. Disponível em: <https://doi.org/10.14295/vittale.v30i1.7744>].
8. Camargo S, Pereira VBL. A prática da fitoterapia pelo nutricionista – algumas reflexões. **Rasbran.** 2013; 5(1): 7–13. [acesso em: 26 mai. 2025]. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/9/11/42>].
9. Veiga Junior VF. Estudo do consumo de plantas medicinais na Região Centro-Norte do Estado do Rio de Janeiro: aceitação pelos profissionais de saúde e modo de uso pela população. **Rev Bras Farmacogn.** 2008; 18(2): 308-13. [acesso em: 26 mai 2025]. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0102-695X2008000200027>].
10. Schwarz KC, Araujo MC. Conhecimento sobre fitoterapia por estudantes de Nutrição de uma universidade da Grande Florianópolis. **Rasbran.** 2023; 14(1): e023004. [acesso em: 26 mai 2025]. Disponível em: <https://www.rasbran.com.br/rasbran/article/download/2529/428/8130>].

11. Assis ARM, Lima AG. Aspectos regulatórios da prescrição fitoterápica pelo nutricionista no Brasil: uma revisão narrativa. **Reposit Anima Educ.** 2020 [acesso em: 26 mai 2025]. Disponível em: [\[https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/498d9287-9db6-4b30-9a95-61293758979d/download\]](https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstreams/498d9287-9db6-4b30-9a95-61293758979d/download).

Histórico do artigo | Submissão: 16/06/2025 | **Aceite:** 02/12/2025

Como citar este artigo: Bem LP, Guimarães PRV, Fabris FM, Souza MCG. Fórmulas magistrais fitoterápicas na prática clínica do profissional Nutricionista. **Rev Fitos.** Rio de Janeiro. 2026; 20(1): e1904. e-ISSN 2446.4775. Disponível em: <<https://doi.org/10.32712/2446-4775.2026.1904>>. Acesso em: dd/mm/aaaa.

Licença CC BY 4.0: Você está livre para copiar e redistribuir o material em qualquer meio; adaptar, transformar e construir sobre este material para qualquer finalidade, mesmo comercialmente, desde que respeitado o seguinte termo: dar crédito apropriado e indicar se alterações foram feitas. Você não pode atribuir termos legais ou medidas tecnológicas que restrinjam outros autores de realizar aquilo que esta licença permite.

