



Orientações gerais da
nova Resolução CFN
n° 656/2020



Introdução

A publicação pelo Conselho Federal de Nutrição da [Resolução CFN nº 656, de 15 de junho de 2020](#), no DOU de 18 de junho de 2020, que “Dispõe sobre a prescrição dietética, pelo nutricionista, de suplementos alimentares e dá outras providências” trouxe orientações importantes e que beneficiam a relação farmacêutico magistral - nutricionista como está evidenciado no texto:

Art. 1º Esta Resolução regulamenta a prescrição dietética de suplementos alimentares pelo nutricionista

§ 2º O nutricionista poderá prescrever produtos acabados/industrializados ou seus equivalentes manipulados e outros produtos não acabados passíveis de manipulação, isentos de prescrição médica e contemplados nesta Resolução. (gn)

A resolução também orienta sobre categorias de suplementos que podem ser prescritos (incluindo medicamentos isentos de prescrição à base de vitaminas, minerais, aminoácidos e proteínas) e sobre os limites superiores toleráveis de ingestão ([UL - Tolerable Upper Intake Levels](#)), além de acompanhar as listas de constituintes autorizados para uso em suplementos alimentares previstas nos anexos I e II da [Instrução Normativa nº 28/2018 da Anvisa](#).

A nova Resolução CFN nº 656/2020 estabelece que:

- A prescrição dietética de suplementos alimentares pelo nutricionista inclui nutrientes, substâncias bioativas, enzimas, prebióticos, probióticos, produtos apícolas, como mel, própolis, geleia real e pólen, novos alimentos e novos ingredientes e outros autorizados pela Anvisa para comercialização, isolados ou combinados, bem como medicamentos isentos de prescrição à base de vitaminas e/ou minerais e/ou aminoácidos e/ou proteínas isolados ou associados entre si;
- O nutricionista pode prescrever produtos manipulados, isentos de prescrição médica e contemplados no [anexo da norma](#);
- Para prescrição dietética de suplementos alimentares, o nutricionista deve respeitar os limites de UL (Tolerable Upper Intake Levels – nível superior tolerável de ingestão) de nutrientes e, em casos não contemplados, considerar critérios de eficácia e segurança com alto grau de evidências científicas; respeitar as listas de constituintes autorizados para uso em suplementos alimentares, prevista nos anexos I e II da IN Anvisa nº 28/2018 e suas atualizações, e os insumos autorizados pela Anvisa para comercialização disponíveis nas farmácias de manipulação; na prescrição de enzimas, indicar a atividade enzimática em Unidades(U)i, e na de probiótico, em Unidades Formadoras de Colônias (UFC);
- Dados a serem informados na receita: nome do paciente; via, composição e posologia dos suplementos alimentares; data de prescrição; assinatura, carimbo do profissional com nome e número de registro no conselho e respectiva jurisdição, telefone e endereço completo ou outro meio de contato profissional.

Exemplo de receituário base

Sr(a). Nome paciente

(Via de administração)

Uso interno:

(Ativos e respectivas doses + excipiente)

Vitamina C1,0 grama

Excipienteqsp..... 1 dose.

(Quantidade de doses)

Mande 30 doses.

(Posologia e período de administração)

Tomar 1 dose, 1 vez ao dia, por 30 dias.

Assinatura

Nome e nº CRN-UF ou carimbo do profissional

Título de especialista (opcional)

Localidade, data.

Rodapé: Endereço completo e canais de contato/consultório/profissional.

Constituintes autorizados

Veja no quadro **exemplificações** de constituintes autorizados para uso em suplementos alimentares por nutricionistas.

Proteínas (nutriente)	Exemplos: caseína, colágeno tipo II, espirulina, extrato de levedura (<i>Saccharomyces cerevisiae</i>), gelatina, proteína da soja, arroz, trigo e soro do leite.
Carboidratos (nutriente)	Exemplos: amido, D-frutose, D-galactose, D-ribose, isomaltulose, maltodextrina, mel e lactose.
Fibras alimentares (nutriente)	Exemplos: amido fosfatado de batata, ágar, beta-glucana de farelo de aveia, fibra de beterraba, frutooligossacarídeos (FOS), goma guar, goma acácia, inulina, lactulose, pectina, polidextrose, Psyllium, quitosana e semente de chia.
Lipídios (nutriente)	Exemplos: ácido docosahexaenoico (DHA) e ácido eicosapentaenoico (EPA) de origem vegetal e animal; ácido linoleico, fosfolipídios de ovos, lecitina, óleo de coco, gergelim, cártamo, linhaça, peixe, primula; triglicerídeos de cadeia média.
Minerais	Exemplos: cálcio, cobre, cromo, ferro, fósforo, iodo, magnésio, manganês, molibdênio, potássio, selênio, sódio e zinco.

Vitaminas	Exemplos: ácido fólico, ácido pantotênico, biotina, colina, nicotinamida, acetato de retinol, betacaroteno, coлекаlCIFerol, riboflavina e cianocobalamina.
Aminoácidos	Exemplos: alanina, arginina, cisteína, glicina, histidina, leucina, isoleucina, metionina, triptofano, valina e glutamina.
Substâncias bioativas	Exemplos: geleia real liofilizada, óleo de alho, astaxantina, coenzima Q10, fitoesteróis, fosfatidilserina, licopeno, luteína, proantocianidinas, rutina, zeaxantina e guaraná em pó (<i>Paulinia cupana</i>).
Enzimas	Exemplos: lactase e fitase.

As **listas completas** de constituintes autorizados para uso em suplementos alimentares estão previstas nos anexos I e II da [IN nº 28/2018](#) da Anvisa e suas atualizações.

Podem ser feitas prescrições para administração por via oral, sublingual, mucosa bucal e via enteral (sondas enterais) destinadas a suplementar a alimentação de indivíduos. Um exemplo é a vitamina B12 na forma sublingual.

Durante a prescrição, o nutricionista deve:

- Considerar os nutrientes e não nutrientes que podem contribuir para a redução do risco de morbidade e para o tratamento de doenças relacionadas à nutrição.
- Considerar as possíveis interações entre nutrientes, não nutrientes, fármacos e plantas medicinais, bem como reações adversas potenciais, toxicidade e contraindicações.
- Respeitar os limites de UL para nutrientes e, em casos não contemplados, considerar critérios de eficácia e segurança com alto grau de evidências científicas.
- Respeitar as listas de constituintes autorizados para uso em suplementos alimentares previstas nos anexos I e II da IN Anvisa nº 28/2018 e suas atualizações.
- Para a prescrição de enzimas, indicar a atividade enzimática em unidades e na de probióticos, e unidades formadoras de colônias (UFC).
- No caso de drogas vegetais, prescrever somente na forma de chás, plantas rasuradas ou maceradas. Só é permitido prescrições de cápsulas contendo extratos padronizados de fitoterápicos (isentos de prescrição médica) por profissionais especialistas em fitoterapia. Atentar para insumos de marca registrada à base de fitoterápicos, pois podem conter extratos padronizados.
- Considerar a biodisponibilidade e segurança na prescrição de substâncias que podem ser encontradas em diferentes formas químicas.

- Na identificação de efeitos colaterais, efeitos adversos, intoxicações, voluntárias ou não, observadas ou relatadas pelos pacientes, registrar no prontuário e, quando pertinente, notificar os órgãos sanitários competentes, assim como a farmácia de manipulação.
- A prescrição de suplementos alimentares exige pleno conhecimento do assunto, cabendo ao nutricionista responsabilidade ética, civil e criminal quanto aos efeitos na saúde dos clientes/pacientes/usuários, a fim de evitar imperícia, imprudência ou negligência nos termos do Código de Ética e Conduta do Nutricionista, [Resolução CFN nº 599, de 25 de fevereiro de 2018](#), e suas atualizações.

A [RDC nº 242, de 26 de julho de 2018](#), é uma referência para a prescrição dietética de suplementos alimentares e traz sugestão de alguns suplementos de notificação simplificada (vitaminas, minerais, aminoácidos e proteínas de uso oral) para registro caso estejam enquadrados como suplementos alimentares conforme [Resolução nº 23, de 15 de março de 2000](#), ou suas atualizações, e [RDC nº 27, de 6 de agosto de 2010](#), ou suas atualizações.

Exemplos de formulações

Gotas sublinguais contendo vitamina B12 10µg (microgramas)/ml

Cianocobalamina (vitamina B12)	10µg (microgramas)/ml
Flavorizante de morango ou framboesa.....	0,001g
Propilenoglicol.....	5ml
Glicerina.....	10ml
Sorbitol 70% qsp.....	100ml

Indicação: vitamina hidrossolúvel, suplemento nutricional. A vitamina B12 auxilia na formação de hemácias, no funcionamento do sistema imune, no metabolismo energético, no metabolismo da homocisteína e no

processo da divisão celular. A deficiência pode ocorrer em vegetarianos e em pacientes com síndrome de má absorção, distúrbios metabólicos e após gastrectomia, acarretando anemia megaloblástica e danos neurológicos. Uso adulto.

Modo de usar: a critério do nutricionista.

Filme orodispersível com coenzima Q10 20mg

Coenzima Q10.....20mg
Excipiente qsp.....1 filme orodispersível

Indicação: suporte antioxidante e mitocondrial adjuvante nutracêutico em doenças cardiovasculares e no diabetes. Uso adulto.

Modo de usar: a critério do profissional nutricionista, aplicar 1 filme sobre a língua, 1 a 3 vezes ao dia.

Solução oral de ácido fólico (Vitamina B9) 200µg (microgramas)/ml

Ácido fólico..... 0,02g
Solução de NaOH 1M.....qs pH 8,0-9,0
Água purificada para solubilizar.....qs
Flavorizante de tutti-frutti.....qs
Sorbitol 70% qsp.....100ml

Advertências: este medicamento é contraindicado para pacientes que apresentam hipersensibilidade ao ácido fólico. A presença de ácido fólico nas preparações líquidas pode aumentar a absorção de ferro alimentar, o que pode ser prejudicial aos pacientes talassêmicos que apresentam acúmulo deste elemento nos tecidos. Logo, o medicamento não deve ser administrado antes ou logo após as refeições. Doses muito altas de ácido fólico podem ocasionar convulsões em pacientes epiléticos tratados com fenitoína. Doses de ácido fólico acima de 0,1mg/dia podem mascarar casos de anemia perniciosa, pois as características

hematológicas são normalizadas, enquanto os danos neurológicos progridem.

Cápsulas com carbonato de cálcio e colecalciferol

Carbonato de cálcio*1250mg
Colecalciferol.....400 UI
Excipiente qsp.....1 cápsula
*Equivalente a 500mg de cálcio elementar.

Indicação: prevenção do raquitismo e prevenção ou tratamento auxiliar na desmineralização óssea pré e pós menopausal. As doses devem ser ajustadas de acordo com a análise do nutricionista.

Modo de usar: a critério do nutricionista, tomar 1 cápsula via oral ao dia. Ingerir após as refeições. Uso adulto.

Contraindicações: hipercalcemia, hipervitaminose D, hipersensibilidade ao colecalciferol, ergocalciferol ou metabólitos da vitamina D.

Reações adversas: alterações lipídicas, hipervitaminose D, distúrbios gastrointestinais, bradicardia e arritmias.

Superdosagem: anorexia, cansaço, náusea e vômito, diarreia, perda de peso, poliúria, transpiração, cefaleia, sede, vertigem e aumento da concentração de cálcio e fosfato no plasma e urina, hipercalcemia, insuficiência renal, calcificação de tecidos moles, hipercalciúria e cálculo renal.

Vitamina D 400UI/gota, em gotas oleosas

Colecalciferol (vitamina D3)400UI
Óleo essencial de Mentha piperita.....qs
Butil-hidroxitolueno (BHT).....0,3%
Veículo anidro (oleoso) qsp.....1 gota

Indicação: vitamina lipossolúvel, auxilia na formação de ossos e dentes, na absorção de cálcio e fósforo, no funcionamento do sistema imune e muscular, na manutenção de níveis de cálcio no sangue e no processo da divisão celular. Estudos relatam o uso médico na osteopenia, osteoporose, osteomalácia, raquitismo, sarcopenia e sistema imune. A deficiência causa hipocalcemia, hipofosfatemia e desmineralização óssea.

Posologia: a critério do profissional nutricionista tomar de 1 (400 UI) até o máximo de 10 gotas (4000 UI) ao dia. Uso adulto.

Cápsulas com diversos constituintes

Ferro (quelato).....	20mg
Ácido fólico.....	200µg (microgramas)
Vitamina C.....	100mg
Excipiente qsp.....	1 cápsula

*Equivalente a 20mg do ferro elementar.

Indicação: suplementação de vitaminas e minerais auxiliar nas anemias carências. As doses devem ser ajustadas de acordo com a análise do nutricionista. Quando houver necessidade de avaliação médica, encaminhar ao médico pediatra.

Modo de usar: a critério do nutricionista considerando faixa etária e se gestante ou lactente. Doses indicadas para crianças e pacientes com mais de 4 anos. Adequar a sugestão de dose a faixa etária do paciente.

Advertências e precauções (ferro): pacientes portadores de doenças hepáticas, úlcera péptica, gástrica ou duodenal, alcoolismo, insuficiência renal, indivíduos com hipersensibilidade. A administração de ferro por períodos mais longos que 6 meses deve ser evitada. A suplementação de ferro não deve ser utilizada para o tratamento de anemia hemolítica em pacientes recebendo transfusão sanguínea, em uso de ferro por via parenteral.

Reações adversas (ferro): constipação diarreia, fezes escuras, náuseas, dor epigástrica, vômito, pirose, sangramento nas fezes, escurecimento dos dentes, irritação na garganta, urina escura e hemossiderose.

Estimulante do apetite

L-carnitina.....	100mg
Lisina.....	350mg
Triptofano.....	50mg
Vitamina B1.....	1mg
Vitamina B2.....	1mg
Vitamina B6.....	10mg
Vitamina B12.....	5µg (microgramas)
Excipiente para fármacos higroscópicos qsp.....	1 cápsula vegetal

Indicação: suplementação de vitaminas e aminoácidos auxiliar no estímulo do apetite. As doses devem ser ajustadas de acordo com a análise do nutricionista.

Posologia: a critério do profissional nutricionista, tomar 1 cápsula via oral de 1 a 2 vezes ao dia, entre as refeições. Uso adulto.

Lactase

Lactase.....	4500 U.FCC
Excipiente isento de lactose qsp.....	1 cápsula

Indicação: suplementação da enzima lactase, obtida do fungo *Aspergillus oryzae*, para hidrolisar a lactose em glicose e galactose em pacientes com intolerância à lactose. As doses devem ser ajustadas de acordo com a análise do nutricionista.

Posologia: a critério do nutricionista, tomar 1 cápsula via oral no momento da ingestão de alimentos lácteos. Uso adulto.

Lactobacilos

Lactobacillus acidophilus500 milhões a 1 bilhão UFC
Excipiente para probióticos qsp.....1 cápsula

Indicação: a cepa *acidophilus* normalmente é estudada cientificamente com aplicações para a intolerância à lactose, diarreia associada ao uso de antibióticos, disbiose intestinal, doença hepática gordurosa, constipação intestinal, entre outros.

Importante: *lactobacillus* são compostos bioativos. A RDC nº 241/2018, define que probióticos são microrganismos vivos que, quando administrado em quantidades adequadas, conferem um benefício à saúde do indivíduo e que linhagem é a subpopulação de células de uma mesma espécie que apresentam as mesmas características e são identificadas por números, letras ou nome que seguem o epíteto específico. A mesma norma preconiza que, para o uso de probióticos em alimentos, é necessária a comprovação de segurança e dos benefícios à saúde. O fornecedor e o fabricante desses insumos podem comprovar tais informações por meio de estudos científicos validados.

Posologia: a critério do profissional nutricionista. Uso adulto

Cápsulas de guaraná

Guaraná em pó (*Paulinia cupana*)200mg
Excipiente qsp.....1 cápsula

Indicação: suplementação de substância bioativa tônica e estimulante, uso adulto. As doses devem ser ajustadas de acordo com a análise do nutricionista.

Posologia: a critério do profissional nutricionista tomar 1 cápsula via oral de 1 a 2 vezes ao dia. Uso adulto.

Infusões

Erva-doce (*Pimpinella anisum* L.), droga vegetal (frutos).....para infusão (chá)

Indicações: expectorante, antiespasmódico, carminativo e dispepsias funcionais.

Posologia: a critério do nutricionista, fazer a infusão e tomar o chá. Uso adulto.

Camomila (*Matricaria chamomilla* L.), droga vegetal (inflorescência)..... para infusão (chá)

Indicações: antiespasmódico, ansiolítico e sedativo leve. Anti-inflamatório em afecções da cavidade oral.

Posologia: a critério do nutricionista, fazer a infusão e tomar o chá 5 a 10 minutos após o preparo, 3 a 4 vezes entre as refeições. Uso adulto.

Contraindicações: gestantes devido à atividade emenagoga e relaxante da musculatura lisa. Pacientes com hipersensibilidade ou alergia a plantas da família *Asteraceae*.

Referências

BRASIL. Entidades de Fiscalização do Exercício das Profissões Liberais. Conselho Federal de Nutricionistas. Resolução Nº 656, de 15 de junho de 2020. Dispõe sobre a prescrição dietética, pelo nutricionista, de suplementos alimentares e dá outras providências.

Anvisa. Justificativas para os limites mínimos e máximos de nutrientes, substâncias bioativas e enzimas da proposta regulatória de suplementos alimentares. Disponível em: http://portal.anvisa.gov.br/documents/3845226/0/Justificativa_Limites_Suplementos.pdf/e265ccd0-8361-4d8e-a33f-ce8b2ca69424

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Memento Fitoterápico da Farmacopeia Brasileira, 1ª edição, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução nº 67, de 8 de outubro de 2007. Dispõe sobre Boas Práticas de Manipulação de Preparações Magistrais e Oficiais para Uso Humano em Farmácias.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa, nº 11, de 29 de setembro de 2016. Dispõe sobre a lista de medicamentos isentos de prescrição. Disponível em: <http://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?jornal=1&data=30/09/2016&pagina=99>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução, 242, de 26 de julho de 2018. Altera a Instrução Normativa – IN nº 11, de 29 de setembro de 2016. Disponível em: <http://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=27/07/2018&jornal=515&pagina=97&totalArquivos=274>

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 28, de 26 de julho de 2018. Estabelece as listas de constituintes, de limites de uso, de alegações e de rotulagem complementar dos suplementos alimentares. Disponível em: <http://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=27/07/2018&journal=515&pagina=141>

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 2, de 13 de maio de 2014. Publica a “Lista de medicamentos fitoterápicos de registro simplificado” e a “Lista de produtos tradicionais fitoterápicos de registro simplificado”. Batistuzzo, J. A. O; Itaya, M. e Eto, Y. Formulário Médico Farmacêutico, 5ª ed. São Paulo: Atheneu, 2015.

Ruiz, K. Nutracêuticos na Prática – Terapias Baseadas em Evidências, 2ª edição. São Paulo: Medfarma, 2017.

Ferreira, A.O.; Polonini, H.C; Lima, L.C e Brandão, M.A.F. Formulações Líquidas de Uso Oral. Editar: Juiz de Fora, 2019.

Ferreira, A. O.; Brandão, M.A.F. e Polonini, H. C. Guia Prático da Farmácia Magistral, 5ª edição. Juiz de Fora: Edita, 2018

Alonso, J. Tratado de Fitofármacos e Nutracêuticos. São Paulo: AC Farmacêutica, 2016.

Ferrer, J.D. et. al. Utilidad del suplemento de probióticos (*Lactobacillus acidophilus* y *bulgaricus*) en el tratamiento del Síndrome de Intestino Irritable. Revista gastroenterol. V.32, n.4, 2012.

Yoon J.S, Sohn W, Lee O.Y, Lee SP, et al. Effect of multispecies probiotics on irritable bowel syndrome: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. J. Gastroenterol Hepatol. 2014 Jan; 29(1): 52-9.

Lee BJ, Bak YT. Irritable bowel syndrome, gut microbiota and probiotics. J Neurogastroenterol Motil. 2011 Jul; 17(3): 252-66.

Wong VW¹, Won GL, Chim AM, Chu WC, Yeung DK, et. al. Treatment of nonalcoholic steatohepatitis with probiotics. A proof-of- concept study. *Ann Hepatol.* 2013 Mar-Apr; 12(2): 256-62.

Dúvidas? Converse com o Serviço de Atendimento ao Associado

- Telefone: 4003-9019

- E-mail: assessoriatecnica@anfarmag.org.br

- Área do Associado: www.anfarmag.org.br > Área do Associado >

Cadastre sua dúvida

- Whatsapp: (11) 97554-0423