



Mulheres Grávidas Preferem Suplementos de Múltiplos Micronutrientes (MMS) em Comparação com Suplementos de Ferro e Ácido Fólico (IFA)

NOVEMBRO 2025

RESUMO DA PUBLICAÇÃO

A suplementação pré-natal com múltiplos micronutrientes (MMS) é reconhecida globalmente pela sua capacidade em melhorar os desfechos clínicos associados ao parto de forma mais eficaz do que a suplementação padrão apenas com ferro e ácido fólico (IFA). No entanto, o sucesso de qualquer programa de suplementação depende da vontade e capacidade das mulheres grávidas em tomarem os suplementos de forma consistente. Um novo estudo intitulado “[Aceitabilidade da Suplementação Pré-natal de Múltiplos Micronutrientes \(MMS\) em Comparação com a Suplementação de Ferro e Ácido Fólico \(IFA\) em Mulheres Grávidas: Uma Revisão Narrativa](#)”, publicado na *Nutrients*, mostra que as mulheres grávidas preferem os MMS em detrimento dos comprimidos padrão de IFA. Os MMS não só ajudam a promover gestações mais saudáveis, como também são mais fáceis de tolerar, causam menos ou comparáveis efeitos secundários e são vistos como mais benéficos tanto para as mães como para os bebês, em comparação com o IFA. Para garantir o sucesso da implementação dos programas, esta revisão propõe uma definição padronizada e abrangente de “aceitabilidade” e sublinha a necessidade de abordar os fatores socioculturais, sensoriais e socioeconômicos que influenciam a toma e a adesão aos suplementos. Por fim, esta revisão destaca o porquê de compreender e incorporar as experiências e preferências das mulheres ser fundamental para criar programas de nutrição eficazes para mães e bebês mais saudáveis.

O ESTUDO

Esta [revisão narrativa](#) sintetizou a evidência global sobre a aceitabilidade, adesão e preferência pelos MMS em comparação com IFA, com base em estudos conduzidos em diversos países, com diferentes níveis de rendimento e contextos de cuidados de saúde. A principal contribuição deste estudo foi o desenvolvimento de uma definição abrangente de “aceitabilidade” no contexto da suplementação nutricional pré-natal para utilização futura em investigação e programas.

Este estudo também avaliou a evidência sobre a

aceitabilidade dos MMS em comparação com IFA entre mulheres grávidas em países de rendimento baixo e médio (LMICs). Os fatores de aceitabilidade avaliados incluíram propriedades organolépticas (sabor, cheiro, cor), facilidade de consumo, efeitos secundários, adequação cultural e fatores socioeconômicos. Embora a adesão reflita a toma real, a aceitabilidade capta as respostas cognitivas e emocionais que influenciam a vontade de iniciar e manter a suplementação.

PRINCIPAIS RESULTADOS

O estudo propôs uma definição multidimensional de "Aceitabilidade", aprovada pelo Grupo Técnico Consultivo Global para MMS:

Definição de "Aceitabilidade" para uso em investigação e programas

A aceitabilidade é a avaliação (abrangente) da disponibilidade e satisfação de uma mulher grávida em integrar a intervenção (ou seja, MMS) na sua rotina diária, e envolve a avaliação de fatores como atributos sensoriais (por exemplo, sabor), facilidade de consumo e a sua experiência global (por exemplo, efeitos secundários adversos), reconhecendo as nuances culturais e as preferências individuais. Vai além da adesão, abrangendo a adequação cultural, considerações socioeconómicas e a compatibilidade global dos MMS com as preferências e estilos de vida individuais.

Além disso, os resultados demonstraram que as mulheres grávidas preferiram os MMS em detrimento do IFA devido à melhor tolerância, menos efeitos secundários e a uma perceção de maiores benefícios, o que resultou numa utilização mais consistente dos MMS e, conseqüentemente, em melhores desfechos clínicos para a mãe e para o bebé.

- **Elevada Aceitabilidade:** As participantes avaliaram consistentemente os MMS como mais fáceis de tomar e mais toleráveis do que o IFA, particularmente em termos de sabor, cheiro e tamanho da cápsula (ou tamanho do comprimido). Formulações como o UNIMMAP MMS deram resposta a barreiras comuns associadas ao IFA.
- **Menos ou Comparáveis Efeitos Secundários:** Os MMS foram associados a uma incidência inferior ou semelhante de desconforto gastrointestinal e outros efeitos adversos, apoiando a sua utilização contínua (ou uso sustentado). O aconselhamento e as instruções claras aumentam ainda mais a aceitabilidade.
- **Perceção de Maiores Benefícios:** Na maioria dos estudos, as mulheres relataram ter mais energia, apetite, melhor bem-estar materno e confiança no crescimento do feto, o que reforça a satisfação com os MMS.
- **Melhor Adesão:** As experiências positivas com os MMS traduziram-se numa maior adesão, um fator crucial para assegurar os benefícios nutricionais destes suplementos durante a gravidez.

- **Influências Socioculturais e Sistémicas:** A aceitabilidade é moldada pelo apoio familiar e comunitário, normas de género, crenças culturais e pelo acesso aos cuidados de saúde. A educação direcionada e o envolvimento dos cônjuges, familiares mais velhos e comunidades melhoraram o apoio à utilização dos MMS.

POR QUE É IMPORTANTE

As experiências e preferências das mulheres são centrais para o sucesso dos programas de nutrição pré-natal. Os MMS oferecem uma oportunidade única para melhorar a saúde materna e neonatal, abordando em simultâneo múltiplas carências de micronutrientes. Contudo, os benefícios clínicos superiores dos MMS só podem ser alcançados se as mulheres grávidas aderirem ao regime.

Visto que mais de 30 países LMIC consideram ou já iniciaram a transição de IFA para MMS (por exemplo, Indonésia e Serra Leoa), compreender e abordar a aceitabilidade da perspectiva do utilizador é crucial para contornar as elevadas taxas de não adesão e os problemas de fornecimento que afetam os programas de IFA. Integrar estas informações na conceção e implementação dos programas pode melhorar a adesão, a satisfação materna e os desfechos clínicos.

Para maximizar o impacto dos programas de transição para os MMS, a implementação deve ir além da eficácia e focar-se em fatores centrados nas mulheres.

- **Adotar a Definição Multidimensional de Aceitabilidade:** Utilizar a definição padronizada proposta por esta revisão para guiar estudos futuros, bem como a monitorização e avaliação dos programas, assegurando que as ferramentas de avaliação captam as dimensões sensoriais, culturais e socioeconómicas, distinguindo-as da adesão.
- **Reforçar o Aconselhamento e a Educação Pré-Natal:**
 - Fornecer às mulheres grávidas instruções claras, mensagens culturalmente sensíveis e orientação para gerir os efeitos secundários, de modo a facilitar a utilização diária dos MMS.
 - Aconselhar as mulheres de forma proativa sobre como gerir potenciais efeitos secundários indesejáveis e distinguir entre os efeitos secundários dos suplementos e os sintomas típicos relacionados com a gravidez.



- **Envolver Familiares e Membros Influenciadores da Comunidade:**

- Promover o apoio do cônjuge, dos familiares mais velhos e da comunidade para superar as barreiras socioculturais pode incentivar a utilização contínua dos suplementos.
- Implementar programas que abordem os papéis de gênero para superar barreiras relacionadas com a limitada autonomia feminina.

- **Medir e Monitorizar a Aceitabilidade:** O desenvolvimento de ferramentas padronizadas e multidimensionais para monitorizar a aceitabilidade, distinta da adesão, pode ajudar a avaliar e refinar os programas de MMS ao longo do tempo.

- **Fortalecer os Sistemas de Saúde:** A incorporação de MMS nos cuidados pré-natais de rotina exige a formação de prestadores de cuidados de saúde, a melhoria das cadeias de abastecimento e a integração de aconselhamento sensível a aspetos culturais e de estratégias de envolvimento comunitário.

Garantir a Acessibilidade e a Disponibilidade: Os MMS devem ser fornecidos consistentemente através de centros de saúde e/ou agentes comunitários de saúde. Os programas devem garantir que os MMS sejam acessíveis e economicamente comportáveis (idealmente gratuitos), de modo a igualar ou melhorar os modelos de distribuição utilizados para o IFA.

IMPLICAÇÕES PARA POLÍTICAS E CONCEÇÃO DE PROGRAMAS DE NUTRIÇÃO MATERNA

A introdução bem-sucedida dos MMS oferece uma oportunidade única para melhorar o sistema global de prestação de cuidados de saúde em países LMIC. As conclusões têm várias implicações importantes para políticas relacionadas com a nutrição materna, bem como para a conceção de programas:

- **Alinhamento de Políticas e Advocacia:** Os decisores políticos devem ser tranquilizados pelo facto de a eficácia superior dos MMS ser complementada por uma elevada preferência e aceitabilidade por parte dos utilizadores. Esta evidência apoia a continuação das transições nacionais de IFA para MMS. A nível internacional, estes dados podem informar as decisões de investimento e as recomendações globais na área da nutrição materna.
- **Implementação de Programas:** Dar prioridade aos MMS em detrimento do IFA pode melhorar a adesão, reduzir os efeitos secundários e aumentar a satisfação das mulheres, o que, em última análise, conduz a melhores desfechos clínicos maternos e neonatais.
- **Equidade e Inclusão:** Esforços direcionados para garantir que os MMS estejam disponíveis para populações marginalizadas, e abordar as barreiras relacionadas com o estatuto socioeconómico, normas de gênero e acesso geográfico podem melhorar a adesão aos MMS para todas as mulheres grávidas.
- **Investigação Futura:** Futuras iniciativas devem dar prioridade ao desenvolvimento e validação de ferramentas padronizadas para medir as várias dimensões da aceitabilidade.

Esta revisão destaca que as mulheres grávidas não só beneficiam mais dos MMS como também os preferem em detrimento dos suplementos padrão de IFA, o que pode aumentar a adesão e melhorar os desfechos clínicos para as mães e bebés. À medida que mais países transitam para os MMS, colocar as vozes das mulheres no centro da conceção de programas e da distribuição dos suplementos será fundamental para garantir gravidezes mais saudáveis e programas de nutrição mais fortes em todo o mundo.

SAIBA MAIS

1. [A Publicação – Aceitabilidade da Suplementação Pré-natal de Múltiplos Micronutrientes \(MMS\) em Comparação com a Suplementação de Ferro e Ácido Fólico \(IFA\) em Mulheres Grávidas: Uma Revisão Narrativa](#)
2. [Atualização das Recomendações da OMS nos cuidados pré-natais para uma experiência positiva na gravidez: Suplementos com Múltiplos Micronutrientes durante a Gravidez](#)
3. [Melhorar a Nutrição Materna: Um Plano de Aceleração para Prevenir a Desnutrição e a Anemia durante a Gravidez \(2024–2025\). UNICEF, Nova Iorque, 2024](#)





ACEDA A TRADUÇÕES DESTES DOCUMENTOS

Disponível em Francês, Espanhol, Português e Árabe



SOBRE O HMHB

O **Healthy Mothers Healthy Babies Consortium (HMHB)**, organizado pelo **Micronutrient Forum**, é a plataforma central para a evidência, conhecimento, colaboração e advocacia em nutrição materna. O HMHB acelera o progresso ao promover a ação coletiva em intervenções prioritárias críticas, tais como a suplementação com múltiplos micronutrientes (MMS) e a suplementação energética e proteica equilibrada (BEP), estratégias comprovadas para melhorar os desfechos clínicos maternos e neonatais, particularmente nos países de rendimento baixo e médio (LMIC). Composto por mais de 450 indivíduos e organizações, o HMHB também acolhe Grupos Técnicos Consultivos (TAG) sobre MMS e BEP, reunindo especialistas em nutrição, saúde materna e saúde pública para interpretar a evidência, identificar lacunas no conhecimento e fornecer orientação a governos, ONG e parceiros.

Visite o nosso [website](#) para aceder ao mais recente conhecimento, evidência, orientações e ferramentas sobre nutrição materna. Explore o [Mapa Mundial de MMS](#), o [Knowledge Hub](#), o [Advocacy Resource Center](#), as curtas-metragens [Women's Voices](#) e os vídeos [Knowledge Bytes](#). Junte-se a nós para promover a nutrição feminina para construir futuros promissores. [Torne-se membro](#).



hmhb.micronutrientforum.org



HMHB@micronutrientforum.org



Micronutrient Forum



MNForum



MULHERES GRÁVIDAS PREFEREM SUPLEMENTOS DE MÚLTIPLOS MICRONUTRIENTES (MMS) EM COMPARAÇÃO COM SUPLEMENTOS DE FERRO E ÁCIDO FÓLICO (IFA)



Os MMS pré-natais, que incluem vitaminas e minerais essenciais, incluindo IFA, são globalmente reconhecidos pela sua capacidade em melhorar desfechos clínicos relacionados com o parto de forma mais eficaz do que a suplementação padrão apenas com IFA.

O QUE O ESTUDO MOSTRA

O QUE É A ACEITABILIDADE?

A Aceitabilidade é a avaliação (abrangente) da disponibilidade e satisfação de uma grávida em adotar a intervenção (ou seja, MMS) na sua rotina diária.



MULHERES PREFEREM MMS AO IFA



ELEVADA
ACEITABILIDADE



MENOS OU
COMPARÁVEIS
EFEITOS
SECUNDÁRIOS



PERCEÇÃO
DE MAIORES
BENEFÍCIOS



MELHOR ADESÃO



INFLUÊNCIAS
SOCIOCULTURAIS E
SISTÊMICAS

QUAL A IMPORTÂNCIA



As mulheres grávidas não só beneficiam mais dos MMS como também os preferem em detrimento dos suplementos padrão de IFA, o que pode aumentar a adesão e melhorar os desfechos clínicos para as mães e bebês. À medida que mais países transitam para os MMS, colocar as vozes das mulheres no centro da concepção dos programas e da distribuição dos suplementos será fundamental para garantir gravidezes mais saudáveis e programas de nutrição mais fortes em todo o mundo.