

FÓRMULAS EMAGRECEDORAS IRREGULARES NO BRASIL E SEUS IMPACTOS SANITÁRIOS

NON-COMPLIANT WEIGHT-LOSS PRODUCTS IN BRAZIL AND THEIR HEALTH IMPACTS

Márcia Lombardo¹

RESUMO

A crescente prevalência da obesidade impulsiona a procura por tratamentos acessíveis e de baixo custo que prometem resultados rápidos e eficazes, favorecendo a ampla expansão da comercialização de fórmulas emagrecedoras com apelo natural, especialmente na internet. Este estudo teve como objetivo caracterizar emagrecedores irregulares identificados pelo órgão de fiscalização, discutindo aspectos regulatórios, farmacêuticos e de segurança. Trata-se de uma pesquisa descritiva baseada em dados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária, com análises quantitativas e qualitativas, complementadas por consultas a fontes *online*. Foram levantados 274 produtos irregulares entre 2020 e 2025, majoritariamente fitoterápicos e suplementos alimentares, cujas denominações frequentemente incluíam os termos *slim*, *fit* ou chá. A análise de dez produtos selecionados revelou formulações com 1 a 45 componentes, totalizando 60 espécies vegetais distintas na subamostra, além de inconsistências nas informações técnicas e predominância de empresas desconhecidas ou não identificadas. Concluiu-se que, embora muitos dos componentes declarados possam apresentar benefícios quando utilizados adequadamente e sob supervisão profissional, torna-se fundamental avaliar a composição, a procedência e a conformidade regulatória desses produtos. Emagrecedores em situação irregular, de baixa qualidade e com potencial para causar efeitos adversos representam graves riscos à saúde do consumidor, reforçando a necessidade do uso racional e do fortalecimento das ações de fiscalização.

Palavras-chave: emagrecedores; agravo à saúde; vigilância sanitária.

ABSTRACT

The increasing prevalence of obesity has driven the demand for affordable, low-cost treatments that promise rapid and effective results, fostering the widespread expansion of the marketing of weight-loss formulations promoted as natural, particularly on the internet. This study aimed to characterize irregular weight-loss products identified by the Brazilian regulatory authority, discussing their regulatory, pharmaceutical, and safety aspects. A descriptive study was conducted based on data from the Brazilian Health Regulatory Agency, using quantitative and qualitative analyses complemented

¹Doutora em Ciências pela Faculdade de Ciências Farmacêuticas da Universidade de São Paulo. Pesquisadora Científica do Instituto Adolfo Lutz. São Paulo. SP. Brasil. E-mail: marcia.lombardo@ial.sp.gov.br. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8741-1640>.

by searches in online sources. A total of 274 irregular products were identified between 2020 and 2025, predominantly herbal medicines and dietary supplements, whose names frequently included the terms slim, fit, or “chá” (tea). The analysis of ten selected products revealed formulations containing between 1 and 45 ingredients, totaling 60 distinct plant species within the subsample, in addition to inconsistencies in technical information and a predominance of unknown or unidentified companies. It was concluded that, although many of the declared ingredients may provide benefits when used appropriately and under professional supervision, it is essential to evaluate the composition, origin, and regulatory compliance of these products. Irregular weight-loss products of poor quality and with the potential to cause adverse effects pose significant risks to consumer health, highlighting the need for rational use and strengthened regulatory enforcement actions.

Key words: anti-obesity agents; patient harm; health surveillance.

Artigo recebido em: 16/01/2026

Artigo aprovado em: 16/07/2026

Artigo publicado em: 11/08/2026

Doi: <https://doi.org/10.24302/sma.v15.6221>

INTRODUÇÃO

A obesidade é reconhecida como uma epidemia global multifatorial, influenciada por determinantes ambientais, culturais e psicossociais. O excesso de peso configura um importante fator de risco para o desenvolvimento de diversas comorbidades e está associado a repercussões sociais e econômicas que sobrecarregam os sistemas de saúde^{1,2,3}.

A crescente prevalência da obesidade impulsiona a oferta de tratamentos que prometem soluções milagrosas, sem respaldo científico ou compromisso ético¹. Nessa busca por resultados rápidos e padrões estéticos, a automedicação é comum, podendo causar dependência, reações de hipersensibilidade, intoxicações e, em casos extremos, óbito⁴.

Neste contexto, a internet se destaca como um espaço de divulgação do corpo ideal e da publicidade da indústria do emagrecimento, sobretudo nas mídias sociais, que influenciam significativamente o comportamento dos indivíduos. A veiculação de informações incorretas ou incompletas representa risco à saúde, especialmente para aqueles com menor capacidade crítica. O uso indiscriminado de fórmulas para emagrecer, sem orientação profissional e sem considerar condições clínicas individuais, pode causar efeitos adversos graves, abandono de outros tratamentos e prejuízos à saúde da população³.

Na sociedade de risco, os indivíduos estão continuamente expostos a fatores que afetam o processo saúde-doença, como alimentos, medicamentos e suplementos de saúde. A vigilância sanitária é essencial para prevenir o consumo de produtos de baixa qualidade, sem registro ou falsificados, os quais podem prolongar enfermidades,

favorecer infecções resistentes e causar óbitos, além de comprometer a confiança nos sistemas de saúde, gerar desperdício de recursos públicos e estimular atividades ilícitas⁵.

Diversos produtos para emagrecimento comercializados indiscriminadamente pela internet foram suspensos no país após um caso de hepatite fulminante associado ao consumo de cápsulas à base de ervas⁶. Muitos chás e fitoterápicos são utilizados para perda de peso ou como alternativa a tratamentos convencionais, mas podem causar prejuízos ao paciente e devem ser investigados em casos de doença hepática de difícil diagnóstico^{4,7}.

As normas regulatórias de produtos à base de plantas medicinais e suplementos alimentares definem critérios para registro ou notificação, fabricação, comercialização e publicidade. Os fitoterápicos podem ser registrados como medicamentos, mediante comprovação de segurança e eficácia, ou como produtos tradicionais fitoterápicos, quando fundamentados em uso consagrado^{8,9}. Já os suplementos alimentares devem atender a critérios específicos de composição e alegações de uso, sendo proibidas indicações terapêuticas^{10,11}. As alegações de perda de peso sem respaldo científico não são permitidas e a divulgação de promessas terapêuticas não autorizadas constitui infração sanitária¹².

Diante do exposto, o objetivo deste estudo foi caracterizar produtos emagrecedores com irregularidades identificadas pelo órgão de fiscalização, visando compreender a problemática e discutir aspectos regulatórios, farmacêuticos, sanitários e publicitários, bem como os riscos potenciais para a população.

METODOLOGIA

Foi realizada uma pesquisa descritiva, de abordagem qualitativa e quantitativa, por meio de análise documental. O estudo utilizou como base uma lista de emagrecedores irregulares semelhantes a produtos denominados “50 ervas”, disponibilizada desde janeiro de 2020 na seção *Produtos Irregulares* do portal eletrônico da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa, Brasil)¹³. Para a análise, utilizou-se a lista acessada em janeiro de 2026, atualizada em 14/02/2025.

Os dados foram organizados em planilhas eletrônicas (Microsoft Excel), incluindo nomes comerciais ou marcas de emagrecedores. Foram excluídas informações duplicadas, bem como nomes relacionados a sites de comércio eletrônico. As informações coletadas foram analisadas sob perspectivas quantitativa e qualitativa, com o auxílio de ferramentas *online* de acesso livre, como analisador estatístico de textos (Grupo de Linguística da Insite) e criador de arte gráfica (WordArt).

As 50 palavras mais frequentes em nomes ou marcas dos produtos foram agrupadas segundo o sentido de emagrecimento (efeito) e grau de eficácia (potência), já que muitos termos indicavam intensidade ou nível de resultado por representação de cores, principalmente para diferenciar produtos de uma mesma linha. Palavras não associadas a efeito ou potência foram classificadas como “outros”.

Para aprofundar a discussão, uma subamostra composta por dez produtos foi selecionada por meio da função =fx aleatórioentre (Microsoft Excel). A seleção foi realizada de forma aleatória e imparcial, considerando a impossibilidade de análise da totalidade dos itens levantados.

A partir dessa subamostra, buscou-se compreender cenários mercadológicos e discutir aspectos relacionados à fiscalização e à segurança de emagrecedores irregulares. Os dez produtos foram submetidos a uma análise detalhada de suas características farmacêuticas e sanitárias, por meio de consultas à base *Produtos Irregulares* da Anvisa e a planilhas do antigo portal da agência (com dados atualizados até fevereiro de 2021). Informações complementares foram obtidas por meio de pesquisas na internet, considerando apenas fontes confiáveis sobre os produtos selecionados.

Com base na legislação vigente, foram compilados conceitos relevantes para este estudo, referentes a produtos destinados ao consumo humano sujeitos à Vigilância Sanitária.

As limitações do estudo incluíram a imprecisão de dados secundários, como a referência a marcas que possuíam múltiplos produtos, e a falta de informações complementares *online*, o que limitou o aprofundamento da análise. Os resultados foram consolidados e apresentados em figuras e quadros. A apreciação ética não se aplicou, uma vez que a pesquisa utilizou exclusivamente dados de domínio público.

RESULTADOS

O levantamento de emagrecedores irregulares identificados pelo órgão regulador no período de 2020 a 2025 resultou em 274 itens, verificando-se predominância de produtos classificados como fitoterápicos ou suplementos alimentares. As definições e particularidades regulatórias de categorias de produtos relevantes para o presente estudo estão resumidas no Quadro 1.

Quadro 1 – Conceitos técnicos e regulatórios de categorias de alimentos e medicamentos

Categoria	Definição/Uso	Restrições/Observações	Regulação
Suplemento alimentar ^{10,11,14,15}	Forma oral que suplementa a dieta de indivíduos saudáveis com nutrientes, substâncias bioativas, enzimas e probióticos. Inclui vitaminas, minerais e fórmulas para gestantes, nutrízes e atletas.	Substâncias, limites e alegações de uso com autorização da Anvisa. Proibido doping, substâncias controladas, óleos/gorduras parcialmente hidrogenadas e plantas que não são classificadas como produtos tradicionais fitoterápicos.	Notificação prévia. Enzimas e probióticos exigem registro. Pode ser manipulado com prescrição de profissional habilitado.
Produto Tradicional Fitoterápico ^{8,9,14,16}	Contém apenas matérias-primas vegetais. Para doenças de baixa gravidade. Eficácia e segurança	Não pode conter substâncias isoladas ou altamente purificadas; proibida vias oftálmica e injetável.	Registro ou registro simplificado; notificação prévia se constar em formulários e

Categoria	Definição/Usos	Restrições/Observações	Regulação
	baseadas em décadas de uso tradicional documentado na literatura.		compêndios oficiais. Pode ser manipulado; pode ser isento de prescrição.
Medicamento Fitoterápico ^{8,9,14}	Contém apenas matérias-primas vegetais. Eficácia e segurança comprovadas por estudos clínicos.	Não pode conter substâncias isoladas ou altamente purificadas.	Registro ou registro simplificado. Pode ser manipulado com prescrição médica.
Medicamento específico ^{14,17}	Substâncias sem possibilidade de ensaio de bioequivalência. Inclui soluções eletrolíticas, nutrição parenteral, complexos vitamínicos terapêuticos, dentre outros.	Destacam-se medicamentos orais à base de vitaminas, minerais, aminoácidos, proteínas, derivados vegetais e fitofármacos, isolados ou combinados, para fins terapêuticos.	Exige registro. Pode ser manipulado com prescrição médica.

Os emagrecedores apresentaram ampla variabilidade na composição, com destaque para as apresentações em cápsulas e chás e elevada ocorrência de formulações multicomponentes. Também foram identificadas a ausência de padronização na descrição dos componentes e a ocorrência de grafias incorretas. Os ingredientes de origem vegetal predominaram, sendo frequentemente descritos apenas por seus nomes populares, sem especificação da parte utilizada da planta ou das proporções empregadas nas formulações.

De modo geral, os componentes declarados nos emagrecedores irregulares estão relacionados com ações no sistema digestório e no metabolismo, incluindo efeitos digestivos, carminativos, diuréticos, laxantes, sacietógenos, termogênicos, desintoxicantes, antioxidantes e imunomoduladores. As alegações frequentemente associadas a esses produtos foram redução de inchaço e gordura corporal, aumento de massa muscular, prevenção de doenças inflamatórias e retardo do envelhecimento.

O cenário de irregularidades mostrou-se heterogêneo, em razão da variedade de situações identificadas em desacordo com a legislação vigente. Dentre elas, destacou-se a atuação de empresas desconhecidas ou não identificadas, sem autorização de funcionamento junto à agência reguladora, assim como a comercialização e a divulgação de produtos sem registro, notificação ou cadastro na Anvisa. Além disso, a comercialização pela internet foi mencionada na maioria dos casos, incluindo sites próprios, lojas parceiras, plataformas de comércio eletrônico e perfis em redes sociais.

Os dossiês analisados também descreveram casos de rotulagem irregular, informações insuficientes e divulgação de propagandas com apelos comerciais e alegações não permitidas. Foram identificadas indicações terapêuticas não comprovadas, indevidas ou enganosas, incluindo promessas de aceleração do metabolismo, queima de gordura localizada, aumento da saciedade e controle do colesterol. Alguns dossiês relataram ainda a comercialização e a divulgação de produtos relacionados à medicina tradicional chinesa (MTC), incluindo itens

classificados indevidamente nessa categoria. Além disso, foi identificada a venda de fórmulas emagrecedoras provenientes de farmácias de manipulação.

Em relação a produtos classificados como alimentos e suplementos alimentares, as ações de fiscalização identificaram: produtos isentos de registro formulados com espécies vegetais sem histórico de uso alimentar e sem comprovação de segurança; suplementos contendo substâncias ou alegações terapêuticas não autorizadas; produtos que alegavam efeito emagrecedor e apresentavam elevada concentração de vitaminas, minerais ou fibras, devendo ser regularizados como medicamentos específicos; e o descumprimento das boas práticas de fabricação.

Além disso, denúncias de falsificação de suplementos alimentares envolveram duas situações distintas: o fabricante indicado no rótulo desconhecia o produto que estava sendo divulgado e comercializado; e o fabricante indicado no rótulo desconhecia o distribuidor declarado, sugerindo origem clandestina, sem possibilidade de identificar o responsável pela fabricação e as condições higiênico-sanitárias de produção.

A Figura 1 sintetiza as principais irregularidades relacionadas às fórmulas emagrecedoras e suas potenciais implicações para a segurança do paciente.

Figura 1 – Irregularidades em fórmulas emagrecedoras e impactos negativos ao paciente.



Neste trabalho, as 50 palavras mais frequentes nos nomes ou marcas dos emagrecedores irregulares são apresentadas no Quadro 2, categorizadas segundo seu significado predominante: efeito, potência ou outros, sendo esta última categoria relacionada a conceitos de naturalidade e bem-estar. Entre as 34 palavras mais utilizadas, destacaram-se *slim*, *fit* e chá (Figura 2).

Produto	Número de componentes	Composição declarada tal como está escrito
#3	37	abacateiro, chá verde, carqueja, chapéu de couro, jambolão, cavalinha, melissa, douradinha, salsa parrilha, erva bugre, carobinha, sene, dente de leão, funcho, pau magro, sete sangria, hibisco, graviola, fucus vesiculosus, cáscara sagrada, maracujá, espinheira santa, quebra pedra, boldo do chile, jurubeba, angélica, pau ferro, cajueiro, centelha asiática, alcachofra, camomila, capim limão, erva de São João, pata de vaca, cipó cabeludo, cipó prata, ginseng.
#4	*	*
#5	4	glucomanan, spirulina, psyllium, valeriana.
#6	6	morosil, glucomanan, faseolamina, cassiolamina, picolinato de cromo, thiomucase.
#7	1	castanha da índia.
#8	15	vitaminas B3, C, D, E, K, ácido fólico, magnésio, maca peruana, pimenta vermelha, guaraná, colágeno, gengibre, picolinato de cromo, zinco, canela.
#9	16	melissa, carqueja, hipérico, marmelinho, calunga, passiflora, chá verde, quitosana, spirulina, psyllium, triptofano, cafeína, aloe vera, garcínia, hibisco, sene.
#10	*	*

*Informação não encontrada.

Os componentes mais recorrentes na subamostra (Quadro 3) foram sene e espirulina. Verificou-se que as fórmulas também podem conter ativos vegetais concentrados ou purificados (extrato de laranja moro, faseolamina, cassiolamina, cafeína, tiomucase), fibras (glucomanan, psílio) e outras substâncias de origem natural como gelatina, colágeno, vinagre de maçã, quitosana (crustáceos), espirulina e clorela (microalgas). Em menor proporção, foram declaradas vitaminas (B3, B9, C, D, E, K), minerais (magnésio, picolinato de cromo e de zinco) e aminoácido (triptofano).

Além disso, foram observadas inconsistências significativas nas informações dos produtos (Quadro 3), incluindo uso de diferentes nomes populares para uma mesma espécie dentro de uma mesma formulação; uso de nome de marca de suplemento alimentar na descrição da composição; presença de componentes sintéticos em produtos designados como “complexo de ervas”; indicação de 45 componentes em produto denominado “50 ervas”.

DISCUSSÃO

Produtos naturais são frequentemente utilizados como alternativa no tratamento da obesidade, principalmente devido ao menor custo e maior acessibilidade em relação às terapias convencionais. No Brasil, plantas como carqueja, graviola, mangaba, chá verde e hibisco são tradicionalmente empregadas, mas os levantamentos etnobotânicos ainda são limitados pela fragmentação do conhecimento popular e pela diversidade regional do país. Apesar de indícios de benefícios na obesidade e comorbidades associadas, muitas dessas plantas carecem de estudos sobre o uso prolongado em humanos¹⁸.

O uso de produtos naturais, fundamentado no conhecimento empírico e na percepção de inocuidade, é amplamente difundido na população, especialmente no contexto das plantas medicinais. No entanto, fitoterápicos podem causar efeitos adversos e, dependendo da situação, representar riscos significativos, incluindo reações alérgicas, alterações da coagulação, prejuízos à atenção, toxicidade hepática no uso prolongado e interações medicamentosas^{4,19}.

Alguns autores realizaram uma análise de vídeos na internet sobre chás para perda de peso e observaram que a maioria não envolvia profissionais de saúde. Além disso, foram identificadas expressões que sugeriam ausência de risco por se tratarem de produtos naturais, bem como a falta de informações sobre contraindicações, possíveis interações e importância da orientação profissional³.

Diversas plantas medicinais potencialmente hepatotóxicas são citadas na literatura e incluem várias espécies mencionadas neste estudo, como sene, cáscara sagrada, chá verde, valeriana e porangaba, além de certas ervas da MTC. As lesões hepáticas podem variar de assintomáticas a graves, e o risco aumenta com a combinação de espécies, uso prolongado, preparo inadequado, presença de partes tóxicas, contaminações e interações medicamentosas. O diagnóstico é difícil devido à inespecificidade dos sintomas e à frequência de automedicação e polifarmácia, sendo a suspensão imediata do produto a principal medida terapêutica⁷.

Os produtos da MTC podem conter matérias-primas vegetais, minerais e cogumelos e embora não exijam registro sanitário, devem ser produzidos conforme as boas práticas de fabricação, utilizando insumos previamente cadastrados na Anvisa. A venda é restrita a prescrição profissional, sendo proibidas alegações terapêuticas em embalagens e materiais de divulgação²⁰.

Como mencionado no Quadro 1, as preparações magistrais de formulações farmacêuticas e suplementos alimentares devem ser individualizadas e manipuladas exclusivamente mediante prescrição de profissional legalmente habilitado, com indicação da composição, forma farmacêutica, posologia e modo de uso. Já as preparações oficiais devem seguir os procedimentos descritos em compêndios oficiais de farmácia. Além disso, a propaganda ou promoção de produtos manipulados voltados ao público é proibida^{14,16}.

Cabe ressaltar que a rotulagem e a publicidade de medicamentos, produtos fitoterápicos e suplementos alimentares são regulamentadas por normas específicas, as quais estabelecem as advertências obrigatórias e as alegações autorizadas de acordo com a categoria de cada produto^{8,11,21,22}.

Os emagrecedores irregulares consistem em produtos sem comprovação de eficácia, segurança ou qualidade, ou sem autorização de comercialização pela Anvisa¹³. O estudo mostrou predominância de fitoterápicos e suplementos alimentares, além de inadequações em enquadramentos regulatórios (definidos no Quadro 1), possivelmente adotadas como estratégia para obtenção de flexibilizações regulatórias. Observou-se ainda o uso recorrente, nos nomes comerciais, de termos associados ao emagrecimento, o que pode estimular o uso e dificultar a diferenciação

entre os produtos, além de evidenciar a oferta indiscriminada desses itens no mercado.

De acordo com o Quadro 2, palavras que expressam efeito e potência provavelmente são usadas nas marcas para transmitir convencimento e gerar confiança no produto, enquanto termos ligados à naturalidade e ao bem-estar sugerem leveza, disposição e saúde, uma vez que o processo de emagrecimento está relacionado à melhora da qualidade de vida e da satisfação com a vida, associada a experiências afetivas positivas².

Dentre as palavras mais utilizadas, o termo *slim* está associado à ideia de magreza ou silhueta esbelta, enquanto *fit* remete ao condicionamento físico e ao conceito de *fitness* (Figura 2). Estudos indicam que o estrangeirismo inglês no contexto comercial pode influenciar a escolha de produtos, uma vez que nomes em inglês evocam associações positivas, como sofisticação, qualidade e exclusividade, afetando o valor percebido pelos consumidores²³.

O termo chá (Figura 2), por sua vez, é amplamente utilizado de forma popular para designar diferentes tipos de infusões, sendo frequentemente relacionado ao emagrecimento. Tecnicamente, o chá é um produto alimentício à base de espécies vegetais (inteiras, fragmentadas, moídas, fermentadas ou tostadas) sem finalidade terapêutica, cuja fabricação ou importação requer autorização ou comunicação junto à ANVISA^{15,24}.

Por outro lado, plantas medicinais podem ser submetidas a processos de secagem, trituração e estabilização para a obtenção da droga vegetal, que é rica em substâncias ativas. A droga vegetal possui finalidade terapêutica e pode originar derivados vegetais (extratos, tinturas, óleos, ceras) ou ser administrada como infusão, maceração ou decocção, situação em que se utiliza o termo chá medicinal. Esses produtos não devem conter excipientes e devem apresentar indicação de uso, posologia e informações sobre efeitos adversos. Trata-se de fitoterápicos isentos de registro, mas sujeitos à notificação junto à ANVISA⁸.

Um trabalho sobre vídeos *online* relacionados a chás para emagrecimento identificou canela, gengibre, hibisco, limão, chá-verde, cavalinha e salsa entre os ingredientes mais frequentemente indicados. Apesar do potencial para auxiliar no emagrecimento, esses produtos geram preocupações quanto à correta identificação das espécies, posologia, eficácia e segurança³.

As problemáticas associadas a produtos denominados “37 ervas” já foram discutidas por outros autores, como exposição do indivíduo a múltiplos compostos ativos, uso de espécies pouco estudadas, potenciais interações medicamentosas e, sobretudo, ausência de marcadores fitoquímicos esperados, evidenciando não conformidades em processos e produtos^{3,25}.

As fórmulas emagrecedoras selecionadas (Quadro 3) foram representativas da amostra total, destacando diversas irregularidades e um padrão de produtos caracterizados pela associação de múltiplos ativos em uma mesma formulação. Verificou-se ainda que essas formulações não se restringiam a ervas, abrangendo também outras substâncias de origem natural empregadas como suplementos

alimentares e compostos sintéticos, como vitaminas e minerais, inclusive em produtos comercializados com o apelo de serem “100% naturais”.

Dentre os componentes identificados nas formulações (Quadro 3), o sene e a espirulina figuraram entre os mais frequentes, porém não possuem indicação para tratar obesidade. O sene é um fitoterápico laxante de venda livre, indicado para constipação ocasional, mas seu uso deve ser limitado a uma semana devido a efeitos adversos relevantes, como espasmos abdominais, diarreia, desequilíbrio eletrolítico, lesões intestinais e risco de dependência^{9,26}. A espirulina é uma microalga de alto valor nutricional, utilizada como suplemento alimentar e associada a potenciais benefícios para o controle de peso, além de propriedades antioxidantes, anti-inflamatórias, antimicrobianas e imunomoduladoras²⁷.

Verificou-se que alguns dos componentes declarados nos emagrecedores (Quadro 3) atuam no sistema nervoso central, possivelmente em razão da influência de fatores emocionais nos mecanismos reguladores da fome e do apetite². O triptofano é um aminoácido autorizado para uso em suplementos alimentares¹¹ e atua como precursor da serotonina, neurotransmissor envolvido na regulação do apetite e da saciedade. Já a valeriana, utilizada por seus efeitos ansiolíticos e sedativos, e o hipérico, associado à ação antidepressiva, exigem prescrição médica⁹. Adicionalmente, a segurança e a eficácia desses componentes, empregados isoladamente ou em associação, não estão suficientemente comprovadas para as finalidades alegadas nos produtos emagrecedores.

Além da associação de muitos componentes sem comprovação de eficácia e segurança na obesidade, é preciso considerar o potencial adverso, a toxicidade e possíveis interações medicamentosas. Outros aspectos relacionados à segurança no contexto dos emagrecedores irregulares são a baixa qualidade, a procedência duvidosa e a ocorrência de fraudes, adulterações e falsificações (Figura 1), fatores que representam elevado risco à saúde do consumidor.

As buscas complementares realizadas sobre os produtos selecionados nesta pesquisa (Quadro 3) revelaram a ampla e contínua divulgação de emagrecedores, frequentemente caracterizados por semelhanças em suas denominações, composições, rotulagens e aparências. Esse cenário reflete a permanência de um mercado irregular e banalizado, marcado pela fácil acessibilidade e pela intensa disseminação em *websites* e redes sociais.

Um estudo apontou que o acesso a produtos irregulares para emagrecimento, como aqueles que prometem efeitos *detox*, tem se ampliado em razão do crescimento do comércio eletrônico e da baixa exigência regulatória nos canais de venda e publicidade digital. A divulgação de produtos que estão suspensos e a ocorrência de fraudes são potencializadas por redes articuladas de parceiros, falhas nos sistemas de moderação e lacunas regulatórias nas plataformas digitais, evidenciando a fragilidade dos mecanismos de controle e a fragmentação do monitoramento²⁸.

Assim, o comércio eletrônico de produtos impõe desafios adicionais à atuação dos órgãos reguladores. Recentemente, a Anvisa implementou um projeto piloto baseado em inteligência artificial para fiscalizar produtos sujeitos à vigilância sanitária,

com o objetivo de monitorar indícios de irregularidades em anúncios na internet e notificar os responsáveis. Essa iniciativa amplia a capacidade da agência para desenvolver ações educativas e fiscalizatórias, ao mesmo tempo em que evidencia a necessidade de estratégias complementares envolvendo a participação de todos os atores da cadeia, incluindo os consumidores²⁹.

As ações de vigilância sanitária decorrentes da fiscalização dos emagrecedores irregulares foram aplicadas caso a caso e incluíram apreensões, inutilizações, recolhimentos e proibições relativas à fabricação, distribuição, comércio, propaganda e uso^{12,30}. Para facilitar a identificação do comércio irregular, a lista de emagrecedores irregulares é disponibilizada no portal eletrônico da Anvisa.

CONCLUSÃO

Vários fatores caracterizam a irregularidade de fórmulas emagrecedoras, as quais, em sua maioria, enquadram-se como fitoterápicos e suplementos alimentares. Embora alguns componentes possam oferecer benefícios quando utilizados de forma adequada e sob supervisão profissional, é fundamental avaliar a composição, a procedência e o cumprimento das normas regulatórias, especialmente diante da ampla divulgação em ambientes digitais e da veiculação de propagandas enganosas. A prescrição de fitoterápicos e suplementos alimentares por profissionais devidamente capacitados, aliada ao monitoramento do paciente, favorece o uso seguro e racional desses produtos. Fórmulas sem respaldo científico, de qualidade questionável e frequentemente compostas pela combinação de múltiplos componentes, apresentam elevado risco de efeitos adversos, dependência e interações medicamentosas. Dessa forma, os emagrecedores irregulares configuram um problema relevante de saúde pública e demandam vigilância constante.

REFERÊNCIAS

1. Neufeld CB, Moreira CAM, Xavier GS. Terapia cognitivo-comportamental em grupos de emagrecimento: relato de experiência. *Psico*. 2012;43(1):93-100. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/article/view/11103>
2. Teixeira BM, Abaid JLW. Bem-estar subjetivo e ajustamento emocional em mulheres que estão em processo de emagrecimento. *Disciplinarum Scientia*. 2012;13(2):151-163. Disponível em: <https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumCH/article/view/1735>
3. Silva RR, Abreu PA. Chás e emagrecimento: uma análise crítica do que está sendo recomendado nos vídeos do YouTube. *Rev Saúde Meio Ambiente*. 2021;12(1):235-248. Disponível em: <https://periodicos.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/11731>

4. Valladares EJS, Baiense ASR. Uso indiscriminado de medicamentos para emagrecimento. *Rev Ibero-Am Humanid Ciênc Educ*. 2023;9(4):1907-1921. doi: 10.51891/rease.v9i4.9624
5. Martins MAF, Scherer MDA. A fiscalização sanitária de medicamentos na sociedade de risco. *Saúde Soc*. 2022;31(2):1-11. doi: 10.1590/S0104-1290202200853pt
6. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Anvisa alerta: produto 50 Ervas Emagrecedor é proibido no Brasil [Internet]. Brasília: Anvisa; 2022 [citado 2026 jan 6]. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/noticias-anvisa/2022/anvisa-alerta-produto-50-ervas-emagrecedor-e-proibido-no-brasil>
7. Souza AFM. Hepatotoxicidade por chás. *Gastroenterol Endosc Dig*. 2011;30(supl 1):22-24. Disponível em: <https://sbhepatologia.org.br/revista-ged/revista-ged-volume-30-suplemento-1-janeiro-marco-2011/>
8. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 26, de 13 de maio de 2014. Dispõe sobre o registro de medicamentos fitoterápicos e o registro e a notificação de produtos tradicionais fitoterápicos. *Diário Oficial da União*. 2014 maio 14;(Seção 1, nº 90):p.52. Disponível em: <https://anvisa.gov.br/legis/datalegis.net>
9. 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. *Diário Oficial da União*. 2014 maio 14;(Seção 1, nº 90):p.58. Disponível em: <https://anvisa.gov.br/legis/datalegis.net>
10. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 243, de 26 de julho de 2018. Dispõe sobre os requisitos sanitários dos suplementos alimentares. *Diário Oficial da União*. 2018 jul 27;(Seção 1, nº 144):p.100. Disponível em: <https://anvisa.gov.br/legis/datalegis.net>
11. 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. *Diário Oficial da União*. 2018 jul 27;(Seção 1, nº 144):p.141. Disponível em: <https://anvisa.gov.br/legis/datalegis.net>
12. Brasil. Lei nº 6.360, de 23 de setembro de 1976. Dispõe sobre a vigilância sanitária a que ficam sujeitos os medicamentos, drogas, insumos farmacêuticos e correlatos cosméticos, saneantes e outros produtos, e dá outras providências. *Diário Oficial da União*. 1976 set 24;(Seção 1):p.12647. Disponível em: <https://www4.planalto.gov.br/legislacao>
13. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Consulta de produtos irregulares. Portal da ANVISA. Brasília: ANVISA; [atualizado 2024 Nov 27; citado 2026 Jan 15]. Disponível em: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/fiscalizacao-e-monitoramento/produtos-irregulares>

14. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 67, de 8 de outubro de 2007. Dispõe sobre boas práticas de manipulação de preparações magistrais e oficinais para uso humano em farmácias. Diário Oficial da União. 2007 out 9;(Seção 1, nº 195):p.29. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
15. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Instrução Normativa nº 281, de 22 de fevereiro de 2024. Estabelece a forma de regularização das diferentes categorias de alimentos e embalagens e a respectiva documentação que deve ser apresentada. Diário Oficial da União. 2024 fev 28;(Seção 1, nº 40):p.106-109. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
16. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Formulário de Fitoterápicos da Farmacopeia Brasileira. 2ª ed. Brasília: Agência Nacional de Vigilância Sanitária; 2021. 222 p. Disponível em: <https://bibliotecadigital.anvisa.gov.br/jspui/>
17. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 24, de 14 de junho de 2011. Dispõe sobre o registro de medicamentos específicos. Diário Oficial da União. 2011 jun 17;(Seção 1, nº 116):p.79. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
18. Cercato LM, White PA, Nampo FK, Santos MR, Camargo EA. A systematic review of medicinal plants used for weight loss in Brazil: is there potential for obesity treatment? J Ethnopharmacol. 2015;176:286-296. doi: 10.1016/j.jep.2015.10.038
19. Lombardo M. Potencial adverso de medicamentos fitoterápicos: um estudo com foco em medicamentos de registro simplificado. Rev Ciênc Saúde On-line. 2018;3(1):1-11. Disponível em: <https://revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/91>
20. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 901, de 6 de setembro de 2024. Dispõe sobre a fabricação e comercialização de produtos da Medicina Tradicional Chinesa - MTC. Diário Oficial da União. 2024 set 9;(Seção 1, nº 174):p.84-85. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
21. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 96, de 17 de dezembro de 2008. Dispõe sobre a propaganda, publicidade, informação e outras práticas cujo objetivo seja a divulgação ou promoção comercial de medicamentos. Diário Oficial da União. 2008 dez 18;(Seção 1, nº 246):p.102. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
22. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 768, de 12 de dezembro de 2022. Estabelece as regras para a rotulagem de medicamentos. Diário Oficial da União. 2022 dez 14;(Seção 1, nº 234):p.166-173. Disponível em: <https://anvisalegis.datalegis.net>
23. Porto RB, Soyer TS. Nomear marcas em inglês vale a pena? Efeitos do estrangeirismo e do país de origem no valor da marca. Braz Bus Rev. 2018;15(6):606-623. doi: 10.15728/bbr.2018.15.6.6

24. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução RDC nº 716, de 1º de julho de 2022. Dispõe sobre os requisitos sanitários do café, cevada, chás, erva-mate, especiarias, temperos e molhos. Diário Oficial da União. 2022 jul 6;(Seção 1, nº 126):p.189. Disponível em: <https://anvisa.gov.br/datalegis.net>
25. Paula AGP, Lima CP. Prospecção fitoquímica e interações medicamentosas do chá de 37 ervas comercializado em Pinhais-PR. Braz J Health Rev. 2019;2(5):4621-4640. doi: 10.34119/bjhrv2n5-063
26. Lombardo M. Fitoterápicos na atenção básica de problemas gastrointestinais. Rev Ciênc Saúde On-line. 2021;6(1):34-47. Disponível em: <https://revistaeletronicafunvic.org/index.php/c14ffd10/article/view/232>
27. Maddiboyina B, Vanamamalai HK, Roy H, Ramaiah, Gandhi S, Kavisri M, Moovendhan M. Food and drug industry applications of microalgae *Spirulina platensis*: a review. J Basic Microbiol. 2023;63(6):573-583. doi: 10.1002/jobm.202200704
28. Pimentel ID. Emagreça em um clique: promessas detox, brechas regulatórias e a oferta de produtos irregulares nas mídias digitais. In: XVII Seminário de Alunos de Pós-graduação em Comunicação PUC-Rio (PósCom). Anais. Rio de Janeiro; 2025. doi: 10.13140/RG.2.2.36535.43683
29. Teixeira LAA. Projeto de fiscalização de e-commerce de produtos irregulares: relato de experiência da Anvisa. Vigil Sanit Debate. 2022;10(4):52-56. Disponível em: <https://visaemdebate.incqs.fiocruz.br/index.php/visaemdebate/article/view/2106>
30. Brasil. Lei nº 5.991, de 17 de dezembro de 1973. Dispõe sobre o controle sanitário do comércio de drogas, medicamentos, insumos farmacêuticos e correlatos, e dá outras providências. Diário Oficial da União. 1973 dez 19;(Seção 1):p.13049. Disponível em: <https://www4.planalto.gov.br/legislacao>