

Pesquisa e Ações em
Saúde Pública

Edição XXIX

CAPÍTULO 7

DEFICIÊNCIA DE VITAMINA B12 NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: RELATO DE ACADÊMICOS DE MEDICINA

FRANCIS MARCOS BEDIN¹

AFONSO LUÍS ETGES²

ALEXANDRA FLETCHER DA ROSA³

MARIA REGINA SANTOS VASCONCELOS FERREIRA⁴

¹Discente - Centro Universitário da Fundação Educacional de Brusque - UNIFEBE.

²Discente – Pontifícia Universidade Católica do Paraná - PUC-PR.

³Discente – Centro Universitário Euro-Americano – UNIEURO.

⁴Discente – Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS).

Palavras-chave: *Educação em Saúde; Deficiência de Vitamina B 12; Atenção Primária à Saúde.*

DOI

10.59290/9230620205

EDITORIA
P PASTEUR

INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS) constitui um dos principais cenários de promoção da saúde, prevenção de agravos, cuidado longitudinal e aproximação entre os serviços de saúde e a comunidade. No contexto do Sistema Único de Saúde (SUS), a Unidade Básica de Saúde (UBS) integra a Atenção Básica, na qual são desenvolvidas ações individuais, familiares e coletivas de promoção, prevenção, proteção, diagnóstico, tratamento, reabilitação, redução de danos, cuidados paliativos e vigilância em saúde, dirigidas à população de um território definido (BRASIL, 2017).

A educação em saúde, quando desenvolvida de forma dialógica e acessível, ultrapassa a simples transmissão de informações. Essa prática deve considerar os saberes prévios da população, a realidade sociocultural dos usuários e as demandas concretas observadas no cotidiano dos serviços. Nesse sentido, a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do SUS reforça a importância de práticas participativas orientadas pelo diálogo, pela autonomia, pela participação social e pela construção compartilhada do conhecimento (BRASIL, 2013).

Entre os temas que podem ser abordados em ações educativas na APS, destaca-se a deficiência de vitamina B12, condição de relevância clínica por sua relação com aspectos nutricionais, manifestações hematológicas, alterações neurológicas e sintomas por vezes inespecíficos (O'LEARY; SAMMAN, 2010; SHIPTON; THACHIL, 2015). A vitamina B12, também denominada cobalamina, participa de processos essenciais, incluindo a síntese de DNA e funções relacionadas aos sistemas hematológico e neurológico (O'LEARY; SAMMAN, 2010). Sua deficiência pode decorrer de ingestão alimentar insuficiente, redução da absorção gastrointestinal, dietas restritivas, condições

clínicas específicas e uso prolongado de determinados medicamentos (PANIZ *et al.*, 2005; SHIPTON; THACHIL, 2015).

Além do benefício comunitário, experiências educativas na APS possuem relevância para a formação médica. As Diretrizes Curriculares Nacionais vigentes no período da experiência estabeleciam formação geral, humanista, crítica, reflexiva e ética, com atuação nos diferentes níveis de atenção à saúde e ações de promoção e prevenção, além de contemplarem comunicação com usuários e comunidades, escuta ativa, empatia, autocuidado e cuidado centrado na pessoa, na família e na comunidade (BRASIL, 2014).

Diante disso, este relato de experiência justifica-se pela importância de refletir sobre o papel das ações educativas na Atenção Primária à Saúde, especialmente quando desenvolvidas por acadêmicos de medicina em contato direto com a comunidade. A experiência descrita parte da observação de uma demanda relacionada à administração de vitamina B12 em uma UBS e da posterior elaboração de uma ação educativa voltada à orientação dos usuários. Assim, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de medicina na elaboração e realização de uma ação educativa sobre deficiência de vitamina B12 em uma Unidade Básica de Saúde, discutindo-a à luz da educação em saúde, da comunicação com os usuários e da formação médica no contexto da APS.

MÉTODO

Trata-se de um relato de experiência desenvolvido por acadêmicos de medicina durante atividades práticas realizadas, no ano de 2024, em uma Unidade Básica de Saúde, cuja identificação foi preservada. A atividade teve origem a partir da observação, no cotidiano do serviço, de demanda recorrente de usuários que

procuravam a unidade para administração de vitamina B12, situação que motivou a elaboração de uma intervenção educativa sobre o tema.

O desenvolvimento da atividade ocorreu em etapas. Inicialmente, os acadêmicos discutiram a demanda identificada junto à supervisão docente e realizaram levantamento teórico em literatura científica e materiais normativos relacionados à vitamina B12, à Atenção Primária à Saúde, à educação em saúde e à formação médica. Foram selecionadas informações sobre funções da vitamina no organismo, fontes alimentares, causas relacionadas à deficiência, manifestações clínicas, estratégias de prevenção e importância do acompanhamento profissional. A partir desse levantamento, foi elaborado um banner educativo, utilizando linguagem simples, objetiva e adequada ao público atendido na Atenção Primária à Saúde.

Posteriormente, o material foi apresentado aos usuários presentes na sala de espera da Unidade Básica de Saúde. A exposição foi conduzida pelos acadêmicos de forma dialogada, utilizando o banner como recurso visual para orientar a apresentação e facilitar a comunicação. Durante a atividade, os participantes puderam realizar perguntas, esclarecer dúvidas e compartilhar experiências relacionadas ao uso ou à reposição de vitamina B12. A participação ocorreu de forma espontânea, abrangendo os usuários presentes no local no momento da intervenção.

Após a realização da atividade, os acadêmicos refletiram sobre a experiência, considerando a participação dos usuários, as interações observadas durante a apresentação e os aspectos formativos vivenciados. Não foram aplicados questionários, entrevistas estruturadas ou instrumentos de avaliação antes e após a intervenção. Dessa forma, a análise baseou-se nas observações realizadas pelos acadêmicos durante a atividade e na reflexão sobre o processo

desenvolvido, sem pretensão de mensurar mudanças de conhecimento ou comportamento dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade educativa foi desenvolvida a partir da identificação, durante a vivência dos acadêmicos em uma Unidade Básica de Saúde, de uma demanda recorrente de usuários que procuravam o serviço para administração de vitamina B12. A frequência dessa procura despertou o interesse dos estudantes em compreender melhor os fatores relacionados à deficiência dessa vitamina e em elaborar uma estratégia educativa voltada às necessidades observadas no cotidiano da unidade.

Após discussão da temática sob supervisão docente e realização de levantamento teórico, foi elaborado um banner educativo com informações sobre as funções da vitamina B12 no organismo, principais fontes alimentares, causas relacionadas à deficiência, manifestações clínicas, formas de prevenção e importância do acompanhamento profissional. A utilização de um recurso visual e de linguagem simples teve como finalidade organizar o conteúdo e apoiar a comunicação com os usuários presentes na sala de espera.

A apresentação foi conduzida de forma dialogada, permitindo que os usuários acompanhassem a exposição, realizassem perguntas e compartilhassem experiências pessoais relacionadas ao uso e à reposição de vitamina B12. No contexto vivenciado, a sala de espera funcionou como espaço para atividade educativa e troca de informações em saúde. Essa abordagem está alinhada aos princípios da educação popular em saúde, que valorizam o diálogo, a participação dos usuários e a construção compartilhada do conhecimento (BRASIL, 2013).

A escolha da deficiência de vitamina B12 como tema mostrou-se pertinente diante da demanda identificada no serviço. A cobalamina participa de processos essenciais, incluindo a síntese de DNA e funções relacionadas aos sistemas hematológico e neurológico (O'LEARY; SAMMAN, 2010). Sua deficiência pode decorrer de ingestão insuficiente, dietas restritivas, alterações na absorção gastrointestinal, determinadas condições clínicas e uso prolongado de medicamentos capazes de interferir em sua absorção (PANIZ *et al.*, 2005; SHIPTON; THACHIL, 2015). Carnes, leite e derivados constituem importantes fontes alimentares de vitamina B12 (GILLE; SCHMID, 2015). Por esse motivo, informações relacionadas às fontes alimentares da vitamina foram incorporadas ao material educativo.

Durante a atividade, observou-se interesse de parte dos usuários, expresso por perguntas e relatos relacionados ao uso e à reposição de vitamina B12. Essas interações transformaram a apresentação em um espaço de comunicação e escuta, para além da exposição unilateral de informações. Entretanto, como não foram utilizados instrumentos formais para avaliar o conhecimento dos participantes antes e depois da atividade, não é possível afirmar que houve aumento objetivo do conhecimento ou mudança de comportamento em decorrência da intervenção.

Para os acadêmicos, a experiência permitiu exercitar habilidades relacionadas à comunicação em saúde, escuta ativa, empatia, adaptação da linguagem científica ao público leigo e reconhecimento das necessidades presentes no território. Essas dimensões encontram respaldo nas Diretrizes Curriculares Nacionais vigentes à época da atividade, que incluíam formação humanista, comunicação com usuários e comunidades, escuta ativa, empatia, promoção da

saúde e cuidado centrado na pessoa, na família e na comunidade (BRASIL, 2014).

No contexto vivenciado, a utilização do banner mostrou-se operacionalmente viável como recurso de apoio à atividade educativa, permitindo organizar as principais informações de forma visual e orientar a exposição dos acadêmicos. A intervenção, contudo, ocorreu em um único momento e alcançou apenas os usuários presentes na sala de espera, o que limita sua abrangência. Além disso, a ausência de questionários, entrevistas estruturadas ou outros instrumentos de avaliação impede mensurar de forma objetiva o impacto da atividade.

Dessa forma, os resultados deste relato devem ser compreendidos a partir das observações dos acadêmicos, da participação espontânea dos usuários e da reflexão sobre a experiência vivenciada. Apesar das limitações, nesta experiência a ação favoreceu um espaço de diálogo entre estudantes e usuários e possibilitou aos acadêmicos exercitar competências relacionadas à comunicação em saúde. Futuras intervenções podem incorporar avaliações pré e pós-atividade, realização em diferentes períodos, maior número de participantes e envolvimento multiprofissional, permitindo analisar de forma mais sistemática os efeitos dessas estratégias educativas.

CONCLUSÃO

A experiência relatada demonstrou que a realização de uma ação educativa sobre deficiência de vitamina B12, desenvolvida na sala de espera de uma Unidade Básica de Saúde, possibilitou a aproximação entre acadêmicos de medicina e usuários, favorecendo a troca de informações, o esclarecimento de dúvidas e a discussão de aspectos relacionados à alimentação, à prevenção e ao acompanhamento profissional. Para os estudantes, a atividade contribuiu

para o exercício da comunicação em saúde, da escuta ativa, da empatia e da adaptação da linguagem científica ao público atendido na Atenção Primária.

Entretanto, por se tratar de uma intervenção pontual e sem aplicação de instrumentos formais de avaliação, não foi possível mensurar mudanças no conhecimento ou no comportamento dos participantes. Dessa forma, novos

estudos e intervenções poderão incluir avaliações pré e pós-atividade, maior número de participantes, repetição da ação em diferentes momentos e participação multiprofissional, permitindo analisar de forma mais objetiva o impacto de estratégias educativas sobre o conhecimento dos usuários e sobre práticas relacionadas à prevenção e ao cuidado da deficiência de vitamina B12.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES nº 3, de 20 de junho de 2014. Institui Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina e dá outras providências. Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 117, p. 8–11, 23 jun. 2014. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/ptbr/acessoainformacao/acoeseprogramas/pnsp/legislacao/resolucoes/rces003_14.pdf/@@download/file>. Acesso em: 25 jul. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.761, de 19 de novembro de 2013. Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 225, p. 62–63, 20 nov. 2013. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt2761_19_11_2013.html>. Acesso em: 25 jul. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União: seção 1, Brasília, DF, n. 183, p. 68–76, 22 set. 2017. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html>. Acesso em: 25 jul. 2026.

GILLE, D.; SCHMID, A. Vitamin B12 in meat and dairy products. *Nutrition Reviews*, Oxford, v. 73, n. 2, p. 106–115, fev. 2015. DOI: <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuu011>.

O'LEARY, F.; SAMMAN, S. Vitamin B12 in health and disease. *Nutrients*, Basel, v. 2, n. 3, p. 299–316, mar. 2010. DOI: <https://doi.org/10.3390/nu2030299>.

PANIZ, C.; GROTO, D.; SCHMITT, G. C.; VALENTINI, J.; SCHOTT, K. L.; POMBLUM, V. J.; GARCIA, S. C. Fisiopatologia da deficiência de vitamina B12 e seu diagnóstico laboratorial. *Jornal Brasileiro de Patologia e Medicina Laboratorial*, Rio de Janeiro, v. 41, n. 5, p. 323–334, out. 2005. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1676-24442005000500007>.

SHIPTON, M. J.; THACHIL, J. Vitamin B12 deficiency – A 21st century perspective. *Clinical Medicine*, London, v. 15, n. 2, p. 145–150, abr. 2015. DOI: <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.15-2-145>.