

## - FOLHETO INFORMATIVO: INFORMAÇÃO PARA O UTILIZADOR -

### **C'NERGIL, 1g, granulado** Ácido ascórbico (Vitamina C)

Este folheto contém informações importantes para si. Leia-o atentamente.

Este medicamento pode ser adquirido sem receita médica. No entanto é necessário tomar C'Nergil com precaução para obter os devidos resultados.

- Conserve este folheto. Pode ter necessidade de o reler.
- Caso precise de esclarecimentos ou conselhos, consulte o seu farmacêutico.
- Em caso de agravamento ou não melhoria do estado de saúde após o tempo de tratamento aconselhado, consulte o seu médico.
- Se algum dos efeitos secundários se agravar ou se detetar quaisquer efeitos secundários não mencionados neste folheto, informe o seu médico ou farmacêutico.

#### **Neste folheto:**

1. O que é C'Nergil e para que é utilizado
2. Antes de tomar C'Nergil
3. Como tomar C'Nergil
4. Efeitos secundários possíveis
5. Como conservar C'Nergil
6. Outras informações

### **1. O QUE É C'NERGIL E PARA QUE É UTILIZADO**

C'NERGIL está indicado na prevenção dos estados carenciais em vitamina C.

#### **Propriedades de C'NERGIL**

Vários estudos foram efetuados tendo sido Waugh e King os primeiros a identificar em 1932 um composto no sumo de limão com propriedades antiescorbútcas, o qual adquiriu a designação de ácido ascórbico (Vitamina C).

A vitamina C influi de uma forma geral na maioria das reações bioquímicas do organismo relacionadas com processos oxidativos. A nível de vários tecidos, a função principal relaciona-se com a síntese do colagénio, dos proteínoglicanos e de outros constituintes de matriz intercelular, dos dentes, ossos e endotélio capilar. Poder-se-á dizer que a vitamina C tem um papel biológico, que se traduz de múltiplas formas, quer pela sua intervenção nos processos de oxi-redução, quer pela estimulação da atividade de certos fermentos, quer pela aceleração do metabolismo dos hidratos de carbono e do consumo de oxigénio.

As necessidades diárias de vitamina C, no indivíduo saudável, variam entre 25 a 75 mg para os adultos e entre 30 a 50 mg para as crianças.

A formulação do medicamento C'NERGIL como granulado para solução oral e a apresentação em unidose, asseguram uma posologia correta e possibilitam melhores condições de segurança e higiene.

## **2. ANTES DE TOMAR C'NERGIL**

### **Não tome C'NERGIL**

Não deve tomar este medicamento:

se tem alergia (hipersensibilidade) à substância ativa ou a qualquer dos componentes do medicamento (ver secção 6. Qual a composição de C'NERGIL);  
se sofrer de litíase renal (doses superiores a 1 g/24 h);  
se sofrer de fenilcetonúria.

### **Tome especial cuidado com C'NERGIL**

Nos tratamentos com doses elevadas (> 2 g/dia), o ácido ascórbico poderá interferir nalguns testes laboratoriais (como nas determinações sanguínea e urinária da glucose e da creatinina), pelo que deverá alertar o seu médico, para o facto de estar a tomar ou ter tomado recentemente este medicamento.

### **Tomar C'NERGIL com outros medicamentos**

Informe o seu médico ou farmacêutico se estiver a tomar ou tiver tomado recentemente outros medicamentos, incluindo medicamentos obtidos sem receita médica.

Não há registo de interações medicamentosas com C'NERGIL, pelo que de um modo geral, pode tomá-lo com outros medicamentos.

### **Gravidez e aleitamento**

Em caso de gravidez ou aleitamento, deverá consultar o seu médico antes de tomar qualquer medicamento. No entanto, a vitamina C é desprovida de efeitos teratogénicos, pelo que este medicamento pode ser administrado a grávidas e mães que amamentam.

### **Condução de veículos e utilização de máquinas**

A toma deste medicamento não produz qualquer efeito sobre a condução de veículos e o uso de máquinas.

### **Informações importantes sobre alguns componentes de C'NERGIL**

C'NERGIL contém uma fonte de fenilalanina (aspartame) equivalente a 65 mg por dose (saqueta), o que poderá ser prejudicial para pessoas com fenilcetonúria.

Este medicamento contém tartrazina (E102), vermelho de ponceau 4R (E124) e butilparabeno. Pode causar reações alérgicas.

Este medicamento contém sacarose e lactose. Se foi informado pelo seu médico que tem intolerância a alguns açúcares, contacte-o antes de tomar este medicamento.

### **3. COMO TOMAR C'NERGIL**

Tomar C'NERGIL sempre de acordo com as indicações do médico. Fale com o seu médico ou farmacêutico se tiver dúvidas.

C'NERGIL destina-se a administração oral após dissolução do conteúdo das saquetas em água.

Nas carências mínimas de vitamina C, bastam em regra doses de 100 a 200 mg diários, doses que podem mesmo administrar-se sob a forma de alimentos ricos em ácido ascórbico.

Em situações carenciais mais prolongadas, deverá ser o médico a estabelecer a posologia em função da situação patológica do doente. No entanto, como posologia média para o tratamento das carências prolongadas, recomenda-se a administração do conteúdo de uma saqueta, dissolvido num copo de água, uma ou duas vezes por dia, às refeições ou nos intervalos destas.

O conteúdo da saqueta deverá ser tomado imediatamente após a abertura.

#### **Se tomar mais C'NERGIL do que deveria**

Nas doses diárias recomendadas, não há registo de intoxicação por sobredosagem. No entanto, a ingestão de doses elevadas (> 2 g/dia) poderá dar origem a diarreias, e precipitação de cistinina e oxalatos no trato urinário.

#### **Caso se tenha esquecido de tomar C'NERGIL**

Não tome uma dose a dobrar para compensar a que se esqueceu de tomar. Prossiga com o tratamento tal como de costume, voltando a tomar a próxima dose no horário normal.

Caso ainda tenha dúvidas sobre a utilização deste medicamento, fale com o seu médico ou farmacêutico.

### **4. EFEITOS SECUNDÁRIOS POSSÍVEIS**

Como os demais medicamentos, C'NERGIL pode causar efeitos secundários, no entanto estes não se manifestam em todas as pessoas.

A ingestão de doses elevadas de vitamina C pode dar origem a:

- Diarreias e outras perturbações gastrintestinais;
- Perturbações renais (precipitação de cálculos de uratos, de cistina e/ou de oxalatos), podendo provocar hemólise em doentes deficientes em enzima glucose-6-fosfato desidrogenase (G6PD);
- Risco de erosão do esmalte dentário após 3 anos de terapêutica.

Se algum dos efeitos secundários se agravar ou se detetar quaisquer efeitos secundários não mencionados neste folheto, informe o seu médico ou farmacêutico.

## **5. COMO CONSERVAR C'NERGIL**

Manter fora do alcance e da vista das crianças.

Não conservar acima de 25°C. Proteger da luz.

Não utilize C'NERGIL após o prazo de validade impresso na embalagem exterior. O prazo de validade corresponde ao último dia do mês indicado.

Os medicamentos não devem ser eliminados na canalização ou no lixo doméstico. Pergunte ao seu farmacêutico como eliminar os medicamentos de que já não necessita. Estas medidas irão ajudar a proteger o ambiente.

## **6. OUTRAS INFORMAÇÕES**

### **Qual a composição de C'NERGIL**

A substância ativa é o ácido ascórbico (Vitamina C).

Os outros componentes são:

Sílica coloidal anidra, para-hidroxibenzoato de butilo, povidona, edetato dissódico, butilhidroxianisol, corantes laranja (E102 e E124), aroma de laranja, lactose monohidratada, sacarose, amido pré-gelificado, ácido cítrico monohidratado e aspartamo (E951).

### **Qual o aspeto de C'NERGIL e conteúdo da embalagem**

C'NERGIL é um medicamento que se apresenta na forma de granulado para solução oral, em saquetas. Cada saqueta, contém cerca de 5 g de granulado doseado a 1 grama de ácido ascórbico (vitamina C).

Cada embalagem de C'NERGIL contém 10 ou 20 saquetas.

É possível que não sejam comercializadas todas as apresentações.

## **TITULAR DA AUTORIZAÇÃO DE INTRODUÇÃO NO MERCADO**

MEDINFAR CONSUMER HEALTH - PRODUTOS FARMACÊUTICOS, LDA.  
Rua Henrique Paiva Couceiro, N.º 27, Venda Nova  
2700-451 Amadora

**Este folheto foi aprovado pela última vez em: 07/2012**