

## 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 detectar 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 efectuados tendo sido Waugh e King os primeiros a identificar em 1932 um composto no sumo de limão com propriedades anti-escorbúicas, o qual adquiriu a designação de ácido ascórbico (Vitamina C).

A vitamina C influi de uma forma geral na maioria das reacções 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 actividade 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 correcta 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 activa 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 interacções 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

Este medicamento contém 65 mg de aspartamo em cada unidade de dose.

O aspartamo é uma fonte de fenilalanina. Pode ser prejudicial se tiver fenilcetonúria (PKU), uma doença genética rara em que a fenilalanina se acumula porque o seu organismo não a consegue remover adequadamente.

Este medicamento contém tartrazina (E102), vermelho de ponceau 4R (E124) e butilparabeno. Pode causar reacções 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 tracto 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 gastrointestinais;
- 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 detectar 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.

APROVADO EM 11-12-2020 INFARMED
---------------------------------------

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 activa é o ácido ascórbico (Vitamina C).

Os outros componentes são:

Sílica coloidal anidra, para-hidroxibenzoato de butilo, povidona, edetato dissódico, butilhidroxianisol, corantes [tartrazina (E102) e vermelho de ponceau 4R (E124)], aroma de laranja, lactose monohidratada, sacarose, amido pré-gelificado, ácido cítrico monohidratado e aspartamo (E951).

Qual o aspecto 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° 27  
Venda Nova,  
2700-451 Amadora

Este folheto foi aprovado pela última vez em