

## **Folheto informativo: Informação para o utilizador**

### **VitaminaC Retard 500 mg cápsulas** ácido ascórbico

**Leia com atenção todo este folheto antes de começar a tomar este medicamento, pois contém informação importante para si.**

Tome este medicamento exatamente como está descrito neste folheto, ou de acordo com as indicações do seu médico ou farmacêutico.

- Conserve este folheto. Pode ter necessidade de o ler novamente.
- Caso precise de esclarecimentos ou conselhos, consulte o seu farmacêutico.
- Se tiver quaisquer efeitos indesejáveis, incluindo possíveis efeitos indesejáveis não indicados neste folheto, fale com o seu médico ou farmacêutico. Ver secção 4.

#### **O que contém este folheto:**

1. O que é VitaminaC Retard e para que é utilizado
2. O que precisa de saber antes de tomar VitaminaC Retard
3. Como tomar VitaminaC Retard
4. Efeitos indesejáveis possíveis
5. Como conservar VitaminaC Retard
6. Conteúdo da embalagem e outras informações

#### **1. O que é VitaminaC Retard e para que é utilizado**

Profilaxia e tratamento dos estados de carência em vitamina C, nomeadamente em situações que se acompanham por aumento das necessidades desta vitamina como a gravidez e lactação, crescimento, doenças infecciosas de qualquer etiologia, alterações da cicatrização, situações de stress físico, tabagismo.

#### **2. O que precisa de saber antes de tomar VitaminaC Retard**

##### **Não tome VitaminaC Retard**

- se tem alergia ao ácido ascórbico ou a qualquer outro componente deste medicamento (indicados na secção 6).

Não são conhecidas contra-indicações absolutas à administração de VitaminaC Retard nas doses terapêuticas.

#### **Advertências e precauções**

Fale com o seu médico ou farmacêutico antes de tomar VitaminaC Retard

A utilização prolongada de vitamina C em doses muito elevadas pode induzir uma carência relativa desta vitamina se a sua administração for suspensa rapidamente. Este efeito deve-se a um aumento do seu metabolismo e pode ser evitado se a suspensão do medicamento for efetuada de forma gradual.

A administração de VitaminaC Retard em doses elevadas deverá ser evitada em doentes com antecedentes de litíase renal, gota ou hiperoxalúria.

#### **Outros medicamentos e VitaminaC Retard**

A administração simultânea de vitamina C e de ácido acetilsalicílico pode diminuir a excreção renal deste último, tendo sido também descrita uma carência tecidual de vitamina C em doentes aos quais esta vitamina tem sido administrada simultaneamente com ácido acetilsalicílico.

A administração de vitamina C pode diminuir o efeito dos anticoagulantes orais; a absorção intestinal de ferro oral pode ser aumentada pela administração simultânea de vitamina C.

#### **Uso em idosos**

A VitaminaC Retard pode ser usada com segurança em idosos.

#### **Gravidez e amamentação**

Estas duas situações constituem indicações do medicamento.

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

Não aplicável.

#### **VitaminaC Retard contém sacarose.**

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

### **3. Como tomar VitaminaC Retard**

Tome este medicamento exatamente como está descrito neste folheto, ou de acordo com as indicações do seu médico ou farmacêutico. Fale com o seu médico ou farmacêutico se tiver dúvidas.

A dose recomendada é 1 cápsula duas vezes por dia, preferencialmente às refeições. Esta posologia pode ser modificada de acordo com o critério médico.

As cápsulas de VitaminaC Retard destinam-se exclusivamente a administração oral.

#### **Se tomar mais VitaminaC Retard do que deveria**

Em caso de sobredosagem o excesso é eliminado por via urinária, não se verificando casos de hipervitaminose.

#### **Caso se tenha esquecido de tomar VitaminaC Retard**

Reinicie o tratamento da forma habitual.

Não tome uma dose a dobrar para compensar uma dose que se esqueceu de tomar.

#### **Se parar de tomar VitaminaC Retard**

De uma forma geral a suspensão do tratamento pode efetuar-se normalmente. Contudo após utilização prolongada de VitaminaC Retard em doses elevadas a suspensão do tratamento deve ser efetuada de forma gradual, para evitar eventuais estados de carência.

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

### **4. Efeitos indesejáveis possíveis**

Como todos os medicamentos, este medicamento pode causar efeitos indesejáveis, embora estes não se manifestem em todas as pessoas.

Habitualmente a utilização de vitamina C não se acompanha de efeitos indesejáveis. Raramente podem ocorrer queixas gastrointestinais nomeadamente náuseas ou vômitos. Com doses

elevadas pode ocorrer diarreia. Podem igualmente ocorrer cefaleias, insónias ou perturbações do sono.

### **Comunicação de efeitos indesejáveis**

Se tiver quaisquer efeitos indesejáveis, incluindo possíveis efeitos indesejáveis não indicados neste folheto, fale com o seu médico ou farmacêutico. Também poderá comunicar efeitos indesejáveis diretamente ao INFARMED, I.P., através dos contactos abaixo indicados. Ao comunicar efeitos indesejáveis, estará a ajudar a fornecer mais informações sobre a segurança deste medicamento.

sítio da internet: <http://www.infarmed.pt/web/infarmed/submissaoram>  
(preferencialmente)

ou através dos seguintes contactos:

Direção de Gestão do Risco de Medicamentos

Parque da Saúde de Lisboa, Av. Brasil 53

1749-004 Lisboa

Tel.: +351 217 987 373

Linha do Medicamento: 800 222 444 (gratuita)

e-mail: [farmacovigilancia@infarmed.pt](mailto:farmacovigilancia@infarmed.pt)

## **5. Como conservar VitaminaC Retard**

Manter este medicamento fora da vista e do alcance das crianças.

Conservar a temperatura inferior a 30°C.

Não utilize este medicamento após o prazo de validade impresso na embalagem exterior, após “VAL”. O prazo de validade corresponde ao último dia do mês indicado.

Não deite fora quaisquer medicamentos na canalização ou no lixo doméstico. Pergunte ao seu farmacêutico como deitar fora os medicamentos que já não utiliza. Estas medidas ajudarão a proteger o ambiente.

## **6. Conteúdo da embalagem e outras informações**

### **Qual a composição de VitaminaC Retard**

- A substância ativa é ácido ascórbico.
- Os outros componentes são sacarose, shellac, talco e ácido tartárico.

### **Titular da Autorização de Introdução no Mercado e Fabricante**

Generis Farmacêutica, SA

Rua João de Deus, 19

2700-487 Amadora

Portugal

**Este folheto foi revisto pela última vez em**