

PROSPECTO: INFORMACIÓN PARA EL USUARIO

LUNAFEM cápsulas blandas

< **Lea todo el prospecto detenidamente porque contiene información importante para usted.**

Este medicamento puede adquirirse sin receta. No obstante, para obtener los mejores resultados, debe utilizarse adecuadamente.

- Conserve este prospecto, ya que puede tener que volver a leerlo.
- Si necesita consejo o más información, consulte a su farmacéutico.
- Si los síntomas empeoran o si persisten después de 30 días, debe consultar al médico.
- Si considera que alguno de los efectos adversos que sufre es grave o si aprecia cualquier efecto adverso no mencionado en este prospecto, informe a su médico o farmacéutico.

Contenido del prospecto:

1. Qué es Lunafem y para qué se utiliza.
2. Antes de tomar Lunafem.
3. Cómo tomar Lunafem.
4. Posibles efectos adversos.
5. Conservación de Lunafem.
6. Información adicional.

1. Qué es Lunafem y para qué se utiliza

Lunafem pertenece al grupo de medicamentos que contienen vitaminas, minerales y oligoelementos.

Lunafem es un medicamento que se utiliza para prevenir o corregir desórdenes durante el embarazo y la lactancia debidos a desequilibrios vitamínicos o minerales o a una dieta deficiente.

2. Antes de tomar Lunafem

No tome este medicamento:

- Si es alérgico (hipersensible) a los principios activos o a cualquiera de los demás componentes de Lunafem (ver apartado 6).

- Si presenta una hipervitaminosis (cantidad excesiva) de vitamina A o D.
- Si padece un mal funcionamiento del riñón.
- Si presenta una acumulación de hierro.
- Si padece hipercalcemia (aumento de los niveles de calcio en sangre) o hipercalciuria (aumento de la eliminación de calcio en la orina).
- Si tiene o ha tenido cálculos en el riñón.
- Este medicamento contiene aceite de cacahuete (aceite de arachis) y aceite de soja. No debe utilizarse en caso de alergia al cacahuete o a la soja.

Tenga especial cuidado con Lunafem

- Este medicamento contiene ácido fólico, vitamina B12 y hierro, componentes que pueden encubrir ciertas formas de anemia.
- Si tiene tendencia a la formación de cálculos en el riñón o a padecer gota, está tomando medicamentos para el corazón o está tomando levodopa para el tratamiento del Parkinson, deberá consultar al médico antes de utilizar este medicamento (ver apartado-*Uso de otros medicamentos*).
- Lunafem no debe utilizarse como sustitutivo de una dieta equilibrada y deberán tenerse en cuenta otros aportes de vitaminas y minerales.
- Si está tomando al mismo tiempo otros productos que contengan vitamina A o vitamina D ni tampoco durante largos periodos de tiempo, para evitar una sobredosis de estas vitaminas.
- No supere la dosis propuesta.

Interferencias con pruebas de diagnóstico

Si le van a hacer alguna prueba de diagnóstico (análisis de sangre, orina, etc.), comunique a su médico que está en tratamiento con Lunafem, ya que puede alterar los resultados.

En particular, Lunafem puede interferir con los resultados de las pruebas de determinación de glucosa en orina, incluyendo las pruebas con tiras reactivas, lo que debe ser tenido en cuenta por los enfermos diabéticos.

Uso de otros medicamentos

Informe a su médico o farmacéutico si está utilizando o ha utilizado recientemente otros medicamentos, incluso los adquiridos sin receta médica, homeopáticos, plantas medicinales y otros productos relacionados con la salud, ya que puede ser necesario interrumpir el tratamiento o ajustar la dosis de alguno de ellos.

Especialmente en los siguientes casos:

Este medicamento se debe tomar 2 horas antes o 2 horas después de la ingesta de antibióticos del tipo tetraciclinas.

Los antiácidos (medicamentos para la acidez de estómago) y Lunafem deben tomarse dejando un intervalo de tiempo de 3 horas entre ambos.

Debe tenerse especial precaución si recibe tratamiento conjunto con medicamentos como levodopa (medicamento contra el Parkinson), fluoroquinolonas, penicilamina y tetraciclinas (tres clases de antibióticos), digoxina (medicamento para el corazón), colestipol (medicamento para disminuir los niveles de colesterol), antidepresivos, anticoagulantes orales y diuréticos tiazídicos (aumentan la cantidad de orina). Haga saber a su médico si está tomando alguno de los mismos.

Embarazo y lactancia

“IMPORTANTE PARA LA MUJER:

Si está usted embarazada o cree que pudiera estarlo, consulte a su médico antes de tomar este medicamento. El consumo de medicamentos durante el embarazo, puede ser peligroso para el embrión o el feto y debe ser vigilado por su médico.”

Consulte a su médico o farmacéutico antes de utilizar cualquier medicamento.

No se debe superar la dosis propuesta, ya que dosis diarias superiores a 10.000 UI de retinol (vitamina A) (4 comprimidos de Lunafem) puede producir malformaciones en el niño.

Conducción y uso de máquinas

Lunafem no afecta a la conducción, ni al manejo de herramientas o máquinas.

Información importante sobre algunos de los componentes de Lunafem

Puede producir reacciones alérgicas (posiblemente retardadas) porque contiene parahidroxibenzoato de metilo y parahidroxibenzoato de propilo.

Este medicamento contiene sorbitol. Si su médico le ha indicado que padece una intolerancia a ciertos azúcares, consulte con él antes de tomar este medicamento.

Este medicamento puede producir dolor de cabeza, molestias de estómago y diarrea porque contiene glicerol.

3. Cómo tomar Lunafem

Siga exactamente estas instrucciones a menos que su médico le haya dado otras distintas. Consulte a su médico o farmacéutico si tiene dudas.

Recuerde tomar su medicamento.

Las cápsulas se administran por vía oral.

La dosis normal es 1 cápsula al día, tragada con una cantidad suficiente de líquido, preferiblemente con una de las comidas. En el caso de náuseas matinales, se recomienda tomar la cápsula al mediodía o por la tarde.

No debe superar la dosis propuesta de 1 cápsula al día.

Si los síntomas empeoran o si persisten después de 30 días, debe consultar al médico.

Si toma más Lunafem del que debiera

Una dosis excesiva de vitamina A causa fatiga, irritabilidad, anorexia (falta de apetito), alteraciones gastrointestinales, modificaciones de la piel y cabello (enrojecimiento y picor).

Una sobredosis de vitamina D puede producir hipercalcemia (cantidad elevada de calcio), la cual conlleva los siguientes síntomas: náuseas, vómitos, sed, polidipsia (sed excesiva), poliuria (volumen excesivo de orina) y estreñimiento.

Dosis elevadas de hierro pueden producir irritación gastrointestinal y dolor abdominal con náuseas y vómitos. Otros efectos gastrointestinales pueden incluir estreñimiento y diarrea.

Dosis elevadas de vitamina B3 y B12 pueden aumentar el riesgo de padecer hiperuricemia o gota.

Dosis elevadas de vitamina C (superiores a 1 g diario) pueden producir diarrea, cálculos renales y calambres abdominales.

Si usted ha tomado más Lunafem de lo que debe, consulte inmediatamente a su médico o farmacéutico o llame al Servicio de Información Toxicológica, teléfono 91 562 04 20, indicando el medicamento y la cantidad utilizada.

Se recomienda llevar el envase y el prospecto del medicamento al profesional sanitario.

Si olvidó tomar Lunafem

No tome una dosis doble para compensar las dosis olvidadas. Tómelo tan pronto como sea posible y siga tomándolo según la pauta habitual (1 cápsula al día).

Si tiene cualquier otra duda sobre el uso de este producto, pregunte a su médico o farmacéutico.

4. Posibles efectos adversos

Al igual que todos los medicamentos, Lunafem puede producir efectos adversos, aunque no todas las personas los sufren.

En algunos casos se pueden producir trastornos digestivos (p. ej. estreñimiento, diarrea y náuseas), que desaparecen en la mayoría de los casos sin tener que dejar de tomar Lunafem.

También muy ocasionalmente se han comunicado reacciones alérgicas, incluyendo erupción cutánea, hinchazón de la piel y de las membranas mucosas (nariz, boca,...) y urticaria (aparición de ronchas en la piel y picor).

Debido a su contenido en hierro, Lunafem puede producir una coloración oscura de las heces, que no tiene importancia.

Si considera que alguno de los efectos adversos que sufre es grave o si aprecia cualquier efecto adverso no mencionado en este prospecto, informe a su médico o farmacéutico.

Comunicación de efectos adversos

Si experimenta cualquier tipo de efecto adverso, consulte a su médico, farmacéutico o enfermero, incluso si se trata de posibles efectos adversos que no aparecen en este prospecto. También puede comunicarlos directamente a través del Sistema Español de Farmacovigilancia de medicamentos de Uso Humano: <https://www.notificaram.es>. Mediante la comunicación de efectos adversos usted puede contribuir a proporcionar más información sobre la seguridad de este medicamento.


5. Conservación de Lunafem

Mantener fuera del alcance y de la vista de los niños.

No conservar a temperatura superior a 30°C.

Conservar en el envase original para protegerlo de la humedad.

No utilice Lunafem después de la fecha de caducidad que aparece en el envase después de CAD. La fecha de caducidad es el último día del mes que se indica.

Los medicamentos no se deben tirar por los desagües ni a la basura. Deposite los envases y los medicamentos que no necesita en el Punto SIGRE  de la farmacia. En caso de duda pregunte a su farmacéutico cómo deshacerse de los envases y de los medicamentos que no necesita. De esta forma, ayudará a proteger el medio ambiente.

6. Información adicional

Composición de Lunafem

Cada cápsula contiene:

Como principios activos:

- Retinol (Vitamina A)	2664 UI
(como 2664 UI (2,66 mg) de palmitato de retinol)	
- Colecalciferol (Vitamina D3)	400 UI
- Alfa-Tocoferol (Vitamina E)	6,70 mg
(como 10 mg de acetato de DL-alfa tocoferol)	
- Acido ascórbico (Vitamina C)	70 mg
- Tiamina (Vitamina B1)	2,76 mg
(como 3 mg de mononitrato de tiamina)	
- Riboflavina (Vitamina B2)	3,4 mg
- Nicotinamida (Vitamina B3)	17 mg
- Piridoxina (Vitamina B6)	3,29 mg
(como 4 mg de hidrocloreuro de piridoxina)	
- Cianocobalamina (Vitamina B12)	2,2 microgramos
- Ácido fólico	0,60 mg
- Hierro	30 mg
(como 91,27 mg de fumarato ferroso)	

- Zinc 15 mg
(como 18,67 mg de óxido de zinc)
- Calcio 125 mg
(como 311, 95 mg de carbonato cálcico)

- Los demás componentes (excipientes) son:

Aceite y lecitina de soja, mezcla de glicéridos de ácidos grasos saturados, gelatina, sorbitol (E-420), parahidroxibenzoato de metilo (E-218), parahidroxibenzoato de propilo (E-216), dióxido de titanio (E-171), óxido de hierro negro (E-172), óxido de hierro rojo (E-172), glicerol (E-422), aceite de cacahuete (aceite de arachis), alfa-tocoferol, triglicéridos con ácidos grasos de cadena media, citrato trisódico, ácido cítrico, maltodextrina y agua purificada.

Aspecto del producto y contenido del envase

Cápsulas blandas de gelatina, de forma oblonga y color marrón opaco, conteniendo una suspensión homogénea y oleosa de color marrón claro y olor característico.

Las cápsulas se acondicionan en blísters de aluminio/PVC+PVDC. Cada envase contiene 28 cápsulas blandas.

Titular de la autorización de comercialización

Bayer Hispania, S.L.
Av. Baix Llobregat, 3-5
08970 – Sant Joan Despí (Barcelona)

Responsable de la fabricación:

Berlimed, S.A.
Polígono Industrial Sta. Rosa
C/ Francisco Alonso, 7
28806 – Alcalá de Henares (Madrid)

Este prospecto ha sido revisado en Febrero 2016

La información detallada y actualizada de este medicamento está disponible en la página Web de la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS) <http://www.aemps.gob.es/>