

## Prospecto: información para el usuario

### CENAT Granulado

Semillas de *Plantago ovata* / Cutículas de semillas de *Plantago ovata*  
(Ispaghula husk)

#### 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 7 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 Cenat y para qué se utiliza
2. Qué necesita saber antes de empezar a tomar Cenat
3. Cómo tomar Cenat
4. Posibles efectos adversos
5. Conservación de Cenat
6. Contenido del envase e información adicional

#### 1. Qué es Cenat y para qué se utiliza

Cenat pertenece a un grupo de medicamentos llamados laxantes incrementadores de volumen. Estos medicamentos actúan facilitando la absorción de agua por parte del bolo intestinal, formando un gel que aumenta el volumen y la fluidez de las heces.

Cenat se utiliza para :

- Estreñimiento crónico habitual, o bien a consecuencia de permanencia en cama tras operaciones quirúrgicas, por ejemplo, tras cirugía rectal o anal, por cambios en la dieta, viajes o tratamientos prolongados con laxantes drásticos.
- Afecciones que cursan con alternancia de episodios de diarrea y estreñimiento (colon irritable, diverticulosis). Regulación de la evacuación en pacientes portadores de ano artificial (colostomía).
- Tratamiento sintomático de diarreas de origen funcional y como medida adicional en casos de enfermedad de Crohn.
- Procesos proctológicos (rectales) como hemorroides, fisuras (o abscesos) anales, en los que reduce el dolor de la defecación y facilita la evacuación de las heces, por ser éstas más ricas en agua.
- Para completar el aporte diario de fibras cuando éste es insuficiente (dietas de adelgazamiento y determinados trastornos metabólicos).

#### 2. Qué necesita saber antes de empezar a tomar Cenat

##### No tome Cenat

- Si tiene hipersensibilidad (alergia) a *Plantago ovata* o *Ispaghula husk* o a alguno de los demás componentes de la especialidad.
- Si experimenta náuseas, vómitos u otros síntomas abdominales de diagnóstico desconocido.
- Si padece obstrucción intestinal o se le ha diagnosticado estenosis (estrechamiento) del tracto

digestivo.

### **Tenga especial cuidado con Cenat**

- Consulte a su médico si usted tiene dificultad para respirar o tragar.
- Mantenga una hidratación adecuada con la ingesta de 1-2 litros de agua al día durante el tratamiento con Cenat.

### **Uso de otros medicamentos**

Informe a su médico o farmacéutico si está utilizando o ha utilizado recientemente otros medicamentos, incluso los adquiridos sin receta.

Debido a que Cenat puede retrasar la absorción de ciertos medicamentos, debe tomar Cenat media hora o una hora antes o después de la administración de otros medicamentos como: derivados cumarínicos (anticoagulantes orales), medicamentos a base de digitálicos, litio, vitaminas como la B12, calcio, magnesio, hierro o cinc.

Por riesgo de obstrucción intestinal, no tome Cenat si está tomando fármacos antidiarreicos o productos inhibidores de la motilidad intestinal (difenoxilato, loperamida, opiáceos).

### **Uso de Cenat con los alimentos y bebidas**

Como norma general, Cenat debe administrarse después de las comidas.

En el caso del uso de Cenat como tratamiento complementario de la obesidad, resulta útil tomarlo antes de las principales comidas.

### **Embarazo y lactancia**

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

### **Conducción y uso de máquinas**

No son de esperar efectos de este medicamento sobre la capacidad para conducir y utilizar maquinarias.

### **Información importante sobre algunos de los componentes de Cenat**

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

## **3. Cómo tomar Cenat**

Siga exactamente las instrucciones de administración de Cenat indicadas por su médico. Consulte a su médico o farmacéutico si tiene dudas.

Recuerde tomar su medicamento.

Cenat se administra por vía oral.

Considerando la inocuidad de la administración de fibra dietética, no se considera que exista limitación del tratamiento.

Tome el granulado sin masticar y con una cantidad suficiente de líquido (un vaso lleno) para evitar que se produzca un bloqueo de la garganta.

Ingiera de 1 a 2 litros diarios de agua durante el tratamiento con Cenat.

Si los síntomas empeoran o si persisten después de 7 días, debe consultar al médico.

Si estima que la acción de Cenat es demasiado fuerte o débil, comuníquese a su médico o farmacéutico.

### **Adultos y niños mayores de 12 años**

Tome 2 cucharaditas de granulado (10 g de granulado), de las de postre, por la noche después de cenar. En caso necesario puede tomar una cucharadita adicional por la mañana (lo que se equivaldría a un total de 15 g de granulado diario).

En caso de diarrea, tome una dosis inicial de dos cucharaditas 3 veces al día (30 g de granulado/día) durante 2 o 3 días y posteriormente rebaje la dosis a una cucharadita colmada 3 veces al día (15 g/día).

Debe intentar que la última toma diaria de Cenat sea después de cenar, pero no justo antes de acostarse, y debe tomarlo en posición erguida.

Como tratamiento complementario de la obesidad, tome Cenat media hora antes de las principales comidas para provocar una sensación de saciedad.

### **Niños de 6 a 12 años**

Administre la mitad de las dosis indicadas para adultos y niños mayores de 12 años.

### **Si toma más Cenat del que debiera**

Si usted ha tomado más Cenat de lo que debe, consulte a su médico o a su farmacéutico.

La sobredosificación por *Plantago ovata* puede causar malestar abdominal y flatulencia e incluso podría llegar a causar obstrucción intestinal.

En caso de sobredosis o ingestión accidental, consultar al Servicio de Información Toxicológica, teléfono 915 62 04 20, indicando el medicamento y la cantidad ingerida.

### **Si olvidó tomar Cenat**

No tome una dosis doble para compensar las dosis olvidadas.

## **4. Posibles efectos adversos**

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

Los efectos adversos de este medicamento son por lo general leves y transitorios. Al inicio del tratamiento y dependiendo de la dosis, pueden aparecer algunas molestias como flatulencia y sensación de plenitud, que desaparecen en pocos días sin necesidad de abandonar la medicación.

En ciertos casos, puede aparecer distensión abdominal y excepcionalmente pueden presentarse casos aislados de obstrucción del intestino, garganta o esófago, especialmente si el granulado se ingiere sin la cantidad suficiente de agua.

Ocasionalmente, podrían darse reacciones alérgicas de hipersensibilidad al *Plantago ovata*, básicamente por inhalación del polvo, pudiendo existir casos aislados de reacciones anafilácticas. Debido a la presentación en gránulos de Cenat, este problema es muy improbable.

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.

## **5. Conservación de Cenat**

Conservar en el embalaje original. Mantener el frasco perfectamente cerrado. Mantener fuera del alcance y de la vista de los niños.

### ***Caducidad***

No utilice Cenat después de la fecha de caducidad (Cad.) que aparece en el frasco. 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. 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. Contenido del envase e información adicional

### Composición de Cenat granulado

- Los principios activos son Semillas de *Plantago ovata*, Cutículas de semillas de *Plantago ovata* (*Ispaghula Husk*).
- Los demás componentes son: Aceite esencial de *Carum carvi*; Aceite esencial de *Salvia officinalis*; Aceite esencial de *Menta piperita*; Goma arábiga; Talco; Óxido de hierro amarillo (E-172); Óxido de hierro rojo (E-172); Dióxido de titanio (E-171); Parafina sólida; Parafina líquida; Sacarosa.

### Aspecto del producto y contenido del envase

Cenat se presenta en frascos conteniendo 250 o 400 g de granulado para administración oral.

### Titular de la autorización de comercialización y responsable de la fabricación

#### Titular de la autorización de comercialización

Cooper Consumer Health B.V.  
Verrijn Stuartweg 60,  
1112 AX Diemen,  
Países Bajos

#### Responsable de la fabricación

MADAUS GMBH  
Lütticher Strasse, 5  
(Troisdorf) – 53842  
Alemania

Pueden solicitar más información respecto a este medicamento dirigiéndose al representante local del titular de la autorización de comercialización:

Vemedia Pharma Hispania, S.A.  
C/ Aragón, 182, 5ª planta  
08011 Barcelona  
España

**Fecha de la última revisión de este prospecto:** Septiembre 2022.