

BULA HARMONY

HARMONY – Óleo de prímula

1. Apresentação:

- **Cápsula. Embalagem com 60 Cápsulas de 500mg cada.**
- **Uso adulto**

2. Para que o Harmony é indicado?

- Fonte de ácidos graxos essenciais
- Prevenção do envelhecimento precoce
- Auxilia no controle do colesterol total
- Alivia os sintomas da TPM e menopausa
- Auxilia na redução da resposta inflamatória
- Atua na diminuição de eczemas, irritações e também inflamações
- Auxilia na diminuição de sintomas de doenças como a artrite reumatoide.

3. Como é a ação do Harmony®?

Harmony

- Assim como os óleos de girassol e de cártamo, o óleo de prímula também é composto por [ácidos graxos essenciais do tipo ômega 6](#). Trata-se de um tipo de gordura que o corpo não é capaz de sintetizar, e por isso precisa ser obtido através da alimentação.
- Os principais ácidos essenciais do tipo ômega 6 encontrados na estrela-da-noite são o GLA, ou ácido gama-linolênico, e o LA, ou ácido linoleico. O organismo consegue sintetizar GLA a partir do LA, e o ácido gama-linolênico por sua vez é necessário para a síntese da prostaglandina E1 (PGE1).
- Com propriedades semelhante às dos hormônios, a prostaglandina E1 ajuda a reduzir ou até mesmo inibir as inflamações, previne a trombose, melhora os níveis de colesterol e ainda fortalece a parede dos vasos sanguíneos.
- Ajuda a tratar uma série de problemas de pele, como psoríase e eczema. O LA e o GLA também auxiliam na prevenção e tratamento de mudanças estruturais da pele associadas à idade, como a perda de elasticidade, vermelhidão e diminuição da tonicidade;
- Quando combinado com óleo de peixe, o óleo de prímula pode auxiliar na saúde dos ossos, uma vez que aumenta a absorção de cálcio.
- O GLA pode não apenas diminuir as inflamações como também regular os hormônios envolvidos no ciclo menstrual. Mulheres que sofrem com fortes sintomas de tensão pré-menstrual ou menopausa podem apresentar uma baixa conversão de LA em GLA, deficiência que pode ser amenizada com o uso regular do óleo de prímula.

4. Como Devo Tomar Harmony ?

- Este medicamento deve ser administrado via oral;
- Se não houver orientação médica contrária, seguir exatamente a dosagem abaixo:
- **Adultos:** 2 cápsulas ao dia

- A duração média do tratamento é de 3 a 6 meses. Se necessário, o tratamento pode ser continuado ou repetido.

Siga a orientação de seu médico, nutricionista ou farmacêutico, respeitando sempre os horários, as doses e a duração do tratamento. Não interrompa o tratamento sem o conhecimento do seu médico.

5. Quais as Contra-Indicações, Interações e quando não devo usar o Harmony ?

Efeitos colaterais

- dores abdominais e náuseas;
- diarreia (mais comum em casos de ingestão excessiva do suplemento);
- dores de cabeça;
- aumento do risco de ataques epiléticos em portadores de epilepsia;
- reação alérgica à prímula-da-noite (efeito bastante raro);
- elevação do risco de hemorragia;
- aumento do tempo de coagulação (efeito também causado por outros suplementos de ácidos graxos do tipo ômega 6).

Contra indicações

- As mulheres grávidas não devem usar óleo de prímula
- O óleo de prímula também deve ser evitado por pessoas que sofrem de esquizofrenia, epilepsia e distúrbios de coagulação.
- Caso esteja fazendo terapia hormonal, converse com seu médico antes de começar a utilizar o óleo de prímula diariamente.

6. Como devo Armazenar o Harmony® ?

- Mantenha **Harmony ?** em temperatura ambiente (15 a 30°C), protegido da umidade.
- Prazo de validade: 24 meses a partir da data de fabricação;
- **Número de lote e datas de fabricação e validade: vide embalagem;**
- **Não use medicamento com o prazo de validade vencido. Guarde-o em sua embalagem original;**
- **Antes de usar, observe o aspecto do medicamento;**
- **Caso ele esteja no prazo de validade e você observe alguma mudança no aspecto, consulte o farmacêutico para saber se poderá utilizá-lo.**
- **TODO MEDICAMENTO DEVE SER MANTIDO FORA DO ALCANCE DAS CRIANÇAS.**

7. Em Caso do Uso de Quantidades Maiores que as indicadas para o Harmony.

- Não são conhecidos casos de superdosagem. Na eventualidade da ingestão acidental de doses muito acima das preconizadas, tome bastante líquido e procure auxílio médico.

Em caso de uso de grande quantidade deste medicamento, procure rapidamente socorro médico e leve a Embalagem do Produto

Registro no Ministério da Saúde Nº