La falta de vitamina D en los niños preocupa a los expertos

SALUD REVISTA.ES/ UGR 25 de julio de 2013

Recomendar 0 Twittear 0 0 En Tuenti

Según ha informado el Comité de Nutrición (CoN) de la ESPGHAN (European Society for Paediatric Gastroenterology Hepatology and Nutrition), integrado por 10 miembros representantes de distintos países europeos, la población infantil presenta, de manera generalizada, bajos niveles de vitamina D.

Esta vitamina se ingiere a través de alimentos de la dieta tales como el pescado, los huevos o los productos lácteos; posteriormente, es necesaria la exposición de la piel a los rayos ultravioleta de la luz del Sol para que se produzca la forma activa de esta hormona.

La revisión sistemática sobre la la influencia de la vitamina D sobre la salud infantil ha dado lugar a una serie de recomendaciones orientadas a prevenir esta deficiencia.

Entre ellas, se aconseja que todos los niños tomen un suplemento oral diario de vitamina D (400 IU) durante su primer año de vida.

Los niños y adolescentes que, por diversos motivos, tengan una exposición solar insuficiente (uso excesivo de cremas con alta protección solar, que estén en lugares cerrados la mayor parte del día, que lleven ropa que cubra la mayor parte de su piel o que vivan en países nórdicos durante el invierno), así como los niños de piel oscura que viven en países nórdicos, son más propensos a mostrar deficiencia de vitamina D.

Otros grupos de riesgo identificados son los niños obesos y los recién nacidos alimentados al pecho que no reciben el suplemento oral de vitamina D recomendado.

Gente QUE! Connect Twitter ANÓNIMO

Añadir comentario

Escribe aquí tu comentario.

La actualización en tiempo real está **habilitada**.

(PAUSAR)

Mostrando 0 comentarios

Ordenar por los más recientes primero

Suscríbete por correo electrónico RSS

Piqué y Shakira, en Hawái

APURAN SUS VACACIONES

Piqué y Shakira, en Hawái

BARRA BRAVA

Shakira y Piqué han compartido las fotos de sus vacaciones en Hawái, donde apuran los últimos días, según ha publicado la revista Semana.

- Scarlett Johansson, una apasionada de las artes marciales
- Cristiano Ronaldo, feliz junto a Irina Shayk, en Nueva York
- Vladimir Putin: portazo a su matrimonio por una ex gimnasta olímpica
- Argentina grita que Flavia Palmiero es el nuevo 'fichaje' de 'Cholo' Simeone

Más deporte en...

FÚTBOL >> COPA LIBERTADORES

No podrá dormir tranquilo...

GRADA360

Era la final de la Copa Libertadores y al delantero del Olimpia le pasó algo que no olvidará nunca. No te pierdas del vídeo

Liga BBVA	Champions League
Liga Adelante	Fútbol Copa del Rey
ACB	NBA

Resultados relacionados con la búsqueda