

Para llevar a tu pediatra: Multivitamínico Diario para Niños (sin hierro)

Nombre del niño: _____ Edad: _____ Peso: _____ Fecha: _____

Nota de los padres: estoy considerando los productos de abajo y quisiera su consejo antes de usarlos. Son productos candidatos, aún no a la venta.

Multivitamínico Diario para Niños (sin hierro) (grado de evidencia C)

Edades según etiqueta: Niños de 4 años en adelante (según etiqueta). **Dosis de etiqueta:** 1 tableta masticable al día con comida.

Ingredientes: Vitaminas A, C, D3 (600 UI), E, K, B1, B2, B3, B6, folato, B12, biotina, ácido pantoténico, yodo, zinc y selenio en o por debajo del 100% del Valor Diario para niños de 4+. Sin hierro.

Declaración: Ayuda a cubrir carencias nutricionales comunes para un crecimiento normal.*

Resumen de evidencia: La mayoría de los niños con dieta variada cubre sus necesidades con la comida; un multivitamínico es un respaldo, no un sustituto. Las 600 UI de vitamina D coinciden con lo recomendado por los NIH desde el año [1]. No lleva hierro porque la sobredosis accidental de hierro es una causa principal de intoxicación mortal en menores de 6 años [2]; la AAP recomienda evaluar el hierro con tu pediatra [3].

Precauciones e interacciones: Tiene buen sabor: no es un dulce. Guárdalo fuera de su alcance. No combinar con otros productos de vitamina D o multivitamínicos sin consultar a tu pediatra. Mantener fuera del alcance de los niños. Guardar cerrado y lejos del calor. No superar la dosis de la etiqueta. Informa a tu pediatra de todo suplemento y medicamento que tome tu hijo.

Preguntas

- Según la dieta de mi hijo, ¿es útil un multivitamínico?
- ¿Conviene revisar el hierro de mi hijo?
- ¿Lo necesita mi hijo, según su dieta y crecimiento?
- ¿Es adecuada la dosis de la etiqueta para la edad y el peso de mi hijo?
- ¿Puede interactuar con algún medicamento o condición de mi hijo?

Fuentes: [1] NIH ODS, Vitamin D fact sheet, ods.od.nih.gov/factsheets/VitaminD-HealthProfessional/; [2] 21 CFR 101.17, iron warning statement, www.ecfr.gov/current/title-21/chapter-I/subchapter-B/part-101/subpart-A/section-101.17; [3] Baker et al. 2010, Pediatrics (AAP), doi.org/10.1542/peds.2010-2576

Notas del pediatra

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). Este producto no tiene como fin diagnosticar, tratar, curar ni prevenir ninguna enfermedad. Solo educación, no consejo médico. everstackhealth.com/es/kids