



Tuality Orthopedic, Sports, Spine & Rehabilitation Center

A member of the Tuality Healthcare family.

Fracturas de los huesos en la niñez y niveles de vitamina D

Si su niño(a) ha sufrido una fractura (hueso roto), y especialmente si recientemente ha tenido más de una fractura, es importante considerar y saber si su niño(a) tiene niveles de vitamina D apropiados. La vitamina D es un nutriente importante que ayuda la absorción de calcio, lo cual hace huesos fuertes. Estudios recientes demuestran que muchos niños con fracturas de los huesos tienen niveles bajos de vitamina D.

Algunos niños pueden tener trastornos que causan bajos niveles de vitamina D, pero por lo general está relacionado con baja ingestión de vitamina D en la dieta, y esto puede corregirse con suplementos de vitamina D. Nuestra oficina invita a los padres de familia que den a conocer al pediatra si su niño ha tenido fracturas, y preguntar si es recomendado tomar suplementos de vitamina D. Por lo general nosotros recomendamos una multivitamínica, 3 vasos de leche al día, y posiblemente tomar una prescripción de calcio si es sugerido por el pediatra.

El consumo de vitamina D por niños generalmente es de 400 IU (unidades internacionales) por día, y hasta 1000 IU después de una fractura. Por favor notificar a su pediatra antes de empezar a darle suplementos de vitamina D a su niño. Algunas veces, exámenes de sangre se hacen para evaluar si hay niveles bajos de vitamina D u otros trastornos de los huesos. Si usted tiene más preguntas o alguna duda sobre este tema, por favor hable con Dr. Langer o algún miembro de personal en su consultorio.