

• **Siga estos cuidados de Almacenamiento y Uso**

La vitamina A se dañan con el aire y la luz del sol.
Por lo tanto, las cápsulas de vitamina A deben:

- Protegerse de la luz solar directa.
- Mantenerse en lugar fresco.
- No congelarse.

Los suplementos de vitamina A mantienen su actividad por lo menos durante dos años; pero una vez abierto el envase que contiene dichas cápsulas, estas deben usarse en el transcurso del año.

- Escriba en la etiqueta del envase la fecha en que lo abre, para que sepa cuándo tiene que dejar de usarlo.
- Compruebe siempre la fecha de expiración impresa en la etiqueta de los envases de cápsulas de vitamina A.
- Se deberán almacenar por separado e identificar claramente las cápsulas de 100,000 UI (cápsulas de color AZUL) y 200,000 UI (cápsulas de color ROJO) para no mezclar ambas dosis.

NOTA: Es importante saber que la Embarazada no se le debe Administrar Mega Dosis de Vitamina A, porque es teratogénico al feto.



MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA

Viceministerio de Salud Colectiva
División de Nutrición

Programa Nacional de Micronutrientes
de República Dominicana



MINISTERIO DE
SALUD PÚBLICA

Viceministerio de Salud Colectiva
División de Nutrición

Programa Nacional de Micronutrientes
de República Dominicana

Prevención de deficiencias de **Vitamina A**



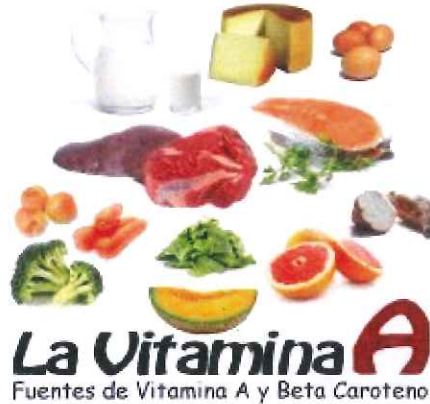
Prevención de deficiencias de Vitamina A

¿QUÉ ES LA VITAMINA A y dónde se encuentra?

Al hablar de la VITAMINA A, nos referimos al retinol, que es la forma activa de la vitamina A y a varios carotenoides o provitamina A.

El RETINOL sólo se encuentra en productos de origen animal y es absorbido en un 90%, mientras que los CAROTENOIDES deben ser convertidos a la forma activa para ser utilizados por el organismo.

Se encuentran en productos de origen animal y vegetal, son los que dan el color amarillo, naranja o verde oscuro a las frutas y verduras.

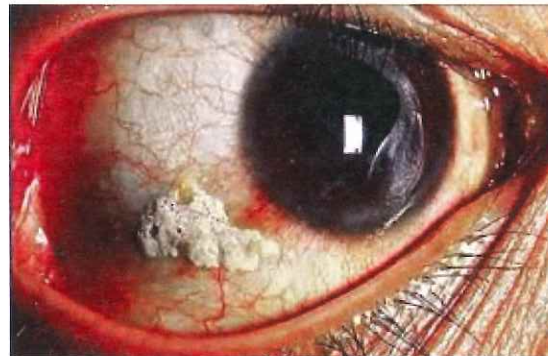


Funciones de la Vitamina A

- Protege las mucosas y la piel.
- Protege contra infecciones como la gripe, diarreas, neumonía.
- Favorece una visión normal.
- Ayuda en el crecimiento.
- Ayuda en los procesos inmunológicos.
- Ayuda en la formación y mantenimiento de los dientes sanos.
- Promueve el crecimiento en la infancia.
- Evita el envejecimiento prematuro.

Deficiencia de Vitamina A

- Queratosis folicular.
- Ceguera nocturna.
- Inhibición de crecimiento.
- Queratinización de las papilas gustativas.
- Anormalidades esqueléticas.



Calendario de administración de suplementos de vitamina A para prevenir la deficiencia de vitamina A en niños de 6 a 59 meses de edad y la administración a la mujer púérpera.

EDAD	FRECUENCIA
Niños: 6 - 11 meses	100,000 UI, Una vez cada 6 meses
Niños: 12 - 59 meses	200,000 UI, Una vez cada 6 meses
Púérperas	200,000 UI, Una vez antes del alta posparto o dentro de las 4 semanas siguientes.
Niños mayores de 59 meses, adolescentes, adultos y adultos mayores	200,000 UI, Una vez cada 6 meses

- Indique al padre o a la madre cuándo debe regresar con el niño para darle la siguiente dosis del suplemento de vitamina A. El personal de salud debe entregara los padres Cedula de Salud del Niño/Niña con la fecha de administración del suplemento de vitamina A, y con la fecha de su próxima cita

