

Administrando Suplementos de Vitamina A

- La vitamina A reduce la severidad de las infecciones como diarrea y sarampión y, por lo tanto, disminuye la mortalidad a causa de una infección.
- La vitamina A favorece el crecimiento de los niños.
- La deficiencia severa de vitamina A se asocia con dificultad para ver en la oscuridad, lesiones oculares y ceguera.
- Los niños, niñas y embarazadas con dietas escasas en alimentos con fuente de vitamina A necesitan recibir suplementos de esta vitamina.
- La vitamina A se encuentra en los alimentos en dos formas: como vitamina A preformada (leche, mantequilla y el hígado) y en forma de carotenoides o precursores de la vitamina A (frutas amarillo-naranja y en los vegetales, en especial aquellos de hojas verde oscuro).

Pasos a seguir para una correcta administración de suplementos de vitamina A

1. Mantenga las cápsulas de vitamina A en un recipiente hermético y protegido de la luz, el calor y la humedad.	2. Separe y almacene los frascos de vitamina A de acuerdo a la dosis.	3. Revise la fecha de vencimiento del producto.
4. Anote la fecha en que abrió el frasco de cápsulas de vitamina A.	5. Revise la dosis de vitamina A que corresponde de acuerdo con la edad del niño o de la niña.	6. Lávese las manos y pida a la madre que se siente cómodamente con el niño o la niña sobre sus piernas.
7. Con unas tijeras limpias corte la punta de la cápsula. (Figura 1) 	8. Comprima la cápsula con los dedos y asegúrese de que todo el contenido caiga en la boca del niño. (Figura 2) 	9. Anote en el carné de salud o de vacunación la fecha en que administró la dosis de vitamina A.
		10. Indique a la madre cuándo debe traer al niño o la niña para la siguiente dosis.

¡SÓLO el personal de salud puede administrar cápsulas de vitamina A!



- Siempre que el frasco no haya sido abierto, las cápsulas de vitamina A conservan su potencia hasta por 2 años después de la fecha de fabricación.
- Las cápsulas mantienen su potencia hasta por un año después de abierto el frasco.
- Asegúrese de que el niño ingirió todo el contenido de la cápsula y que no escupió ninguna gota.

Esquema de dosis de vitamina A como suplemento: NIÑOS DE 6 A 24 MESES DE EDAD

Edad	Dosis	Frecuencia
6-11 meses	100,000 IU (30mg) (perlas azules)	Una cada 4-6 meses
12-24 meses	200,000 IU (60mg) (perlas rojas)	Una cada 4-6 meses



- Las cápsulas de vitamina A no deben refrigerarse ni congelarse.
- Por ninguna razón dé a la madre o a los familiares las cápsulas de vitamina A.
- No pinche o muerda la cápsula para abrirla.