

MEDICAMENTOS EN PEDIATRÍA: ¡NO ES UN JUEGO!

VITAMINA D: la dosis correcta es la clave

La vitamina D ayuda a que los huesos crezcan fuertes y sanos. En la infancia es esencial para prevenir o tratar su déficit. Sin embargo, **dar más cantidad de la necesaria puede perjudicar la salud.**

Aquí te contamos **cómo administrarla de forma segura.**

■ ¿QUIÉN NECESITA TOMAR VITAMINA D?

- **Bebés desde el nacimiento hasta el año de vida.**
- A partir del primer año, solo en algunos casos y si tu pediatra lo indica.

Tu pediatra te indicará siempre la dosis exacta (medida en mililitros o en gotas) y cada cuánto tiempo debes dársela.

■ ¿CÓMO DAR LA VITAMINA D CORRECTAMENTE?

- Usa **solo el medicamento recetado**. Hay distintos dispositivos de medida (jeringa, cuentagotas, ...) y el número de mililitros o gotas varía dependiendo de la presentación comercial.
- Dásela una vez al día.
- **Mide con precisión:**
 - Si el medicamento lleva **jeringa**, mide los mililitros (ml) indicados.
 - Si lleva **cuentagotas**, cuenta las gotas una a una y ponlas primero en una cucharilla.
- Puedes darla directamente a la boca, sin añadirla al biberón.

■ ERRORES FRECUENTES

- **Confundir gotas con mililitros (ml)**. Un solo mililitro contiene muchas gotas. Confundirlos puede causar una sobredosis grave.
- **Cambiar de marca o de formato del envase** sin consultar.



■ RECUERDA

- La vitamina D es **importante**, pero la **dosis correcta es la clave**.
- Más vitamina D **no significa más beneficio**. El exceso puede ser perjudicial.
- Ante cualquier duda, **consulta con tu equipo de salud**.
- En tu farmacia también te ayudarán a entender la pauta de administración.

Bibliografía:

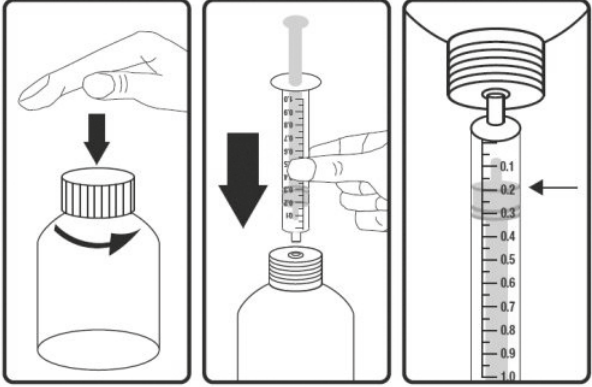
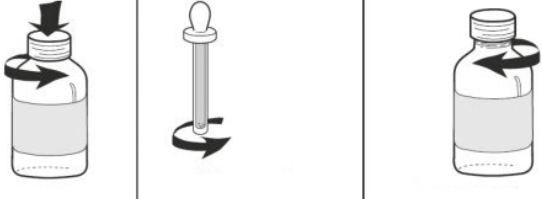
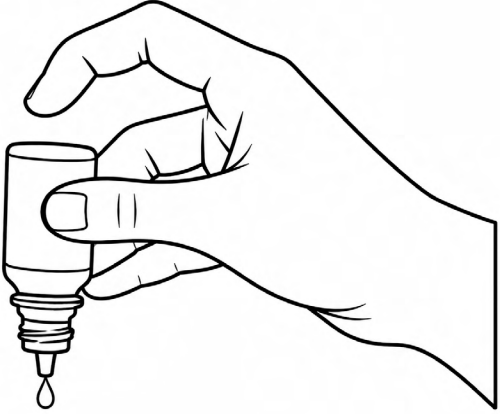
- Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios (AEMPS). [Vitamina D: casos graves de hipercalcemia por sobredosificación en pacientes adultos y en pediatría](#) (MUH (FV), 2/2019) (consultado 20/04/2026).
- [Vitamina D en adultos: ¿está sobrevalorada?](#) INFAC. 2020;28(1):1-10.
- [Recomendaciones para el Uso Seguro de los Medicamentos de Alto Riesgo en Pediatría](#). Madrid: Ministerio de Sanidad, Instituto para el Uso Seguro de los Medicamentos, Asociación Española de Pediatría y Sociedad Española de Farmacia Hospitalaria; 2024.

CÓMO ADMINISTRAR LA VITAMINA D EN PEDIATRÍA DE FORMA SEGURA

Esta tabla muestra los distintos medicamentos con vitamina D que se usan en pediatría.

Tomamos como **ejemplo** la **dosis habitual de 400 UI al día** (la recomendada desde el nacimiento hasta el año de vida).

- Usa **siempre el medidor que viene dentro de la caja** de cada medicamento para asegurar que la cantidad que se toma es la indicada.
- Para más información, consulta el prospecto.

Nombre y presentación comercial	Formato del envase	Cantidad para la dosis de 400 UI/día	¿Cómo se usa?
VITAMINA D3 KERN PHARMA® 2.000 UI/ml solución oral, frasco de 30 ml + jeringa de 1 ml	Frasco y jeringa dosificadora	0,2 mililitros (ml)	1. Introduce la jeringa en el orificio del tapón perforado. 2. Pon el frasco boca abajo y extrae los mililitros (ml) recetados. 
COLECALCIFEROL NORMON® DELTIVUS® DEVIK® 10.000 UI/ml gotas orales, frasco de 10 ml	Frasco y dosificador cuentagotas independiente	2 gotas	1. Introduce el cuentagotas en el frasco y extrae líquido. 2. Cuenta las gotas recetadas sobre una cucharilla. 
DELCRIN® 10.000 UI/ml gotas orales, frasco de 10 ml	Frasco cuentagotas integrado	2 gotas	1. Pon el frasco boca abajo, en posición vertical. 2. Deja caer el número de gotas recetado en una cucharilla. 
VITAMINA D3 FRESENIUS KABI EFG 14.400 UI/ml solución oral, frasco de 12,5 ml		1 gota	
VITAMINA D3 KERN PHARMA® 2.000 UI/ml solución oral, frasco de 10 ml (cuentagotas)		6 gotas	

Elaborado por: Iñigo Aizpuru, Teodoro Alonso, Rosa Añel, Elena Arias, Judit Becerra, Mónica del Valle, Laura Gancedo, Nagore Lejarza, Itxasne Lekue, M^o José López, Juan Carlos Martín, Oihana Mora, Carmela Mozo, Isabel Porras, Nerea Ullibarri y Olatz Vergniory.

cevime
 centro vasco de información de medicamentos
 medikamentu informazioko euskal zentroa

Eusko Jaurlaritzaren Argitalpen Zerbitzu Nagusia
 Servicio Central de Publicaciones del Gobierno Vasco

La información aquí contenida tiene únicamente finalidad informativa y en ningún caso sustituye las recomendaciones de tu profesional de la salud. Queda totalmente prohibido el uso de este documento con fines promocionales. ISSN: 2255-3177

