



## VITAMINE E NEONATI

Il latte materno è sufficiente a garantire al lattante tutte le vitamine e le sostanze nutrienti di cui ha bisogno. Non è perciò necessario somministrare vitamine, con due eccezioni: la vitamina K e la vitamina D.

### **Vitamina K**

La vitamina K è importante nella produzione di sostanze che servono per la coagulazione del sangue e la sua mancanza può favorire la comparsa di emorragie. Il neonato è carente di questa vitamina ed è perciò importante fornire una supplementazione per ridurre il rischio di comparsa della cosiddetta “malattia emorragica del neonato”. Una dose di vitamina K viene somministrata dal punto nascita, per iniezione intramuscolare o per bocca. Questa dose serve per evitare le emorragie nella prima settimana di vita (forma classica di malattia emorragica del neonato). C'è però un rischio, molto più basso, di emorragia tra il 1° e il 3° mese (forma tardiva) nei neonati allattati al seno (il latte materno non contiene abbastanza vitamina K). Alla nascita l'iniezione di vitamina K riduce anche il rischio di emorragia tardiva, mentre la sola supplementazione per bocca è utile per prevenire la malattia emorragica solo nella prima settimana di vita. In caso di allattamento al seno è necessario proseguire la supplementazione per bocca per i primi tre mesi di vita del lattante, somministrando giornalmente 50 microgrammi di vitamina K.



### **Vitamina D**

La vitamina D è importante nella formazione delle ossa ed una sua carenza può causare il rachitismo. Il latte materno contiene basse quantità di vitamina D. Generalmente, comunque, il lattante produce una quantità sufficiente di questa vitamina nella pelle, **dopo esposizione alla luce solare**. In alcuni casi però, può essere utile una supplementazione, in particolare per i bambini poco esposti alla luce solare o di pelle scura. Questa deve essere valutata dal pediatra ed è importante attenersi alle dosi consigliate dallo specialista.

Normalmente in dimissione ospedaliera dopo il parto, viene indicata l'opportunità di integrazione vitaminica per il neonato, che dovrà essere rivalutata dal pediatra curante nel corso dei controlli clinici nel corso del primo anno di vita.

Per tutte le necessità di supplementazioni vitaminiche è opportuno ricorrere a prodotti dall'apporto validato disponibili in farmacia.

La tua farmacia