

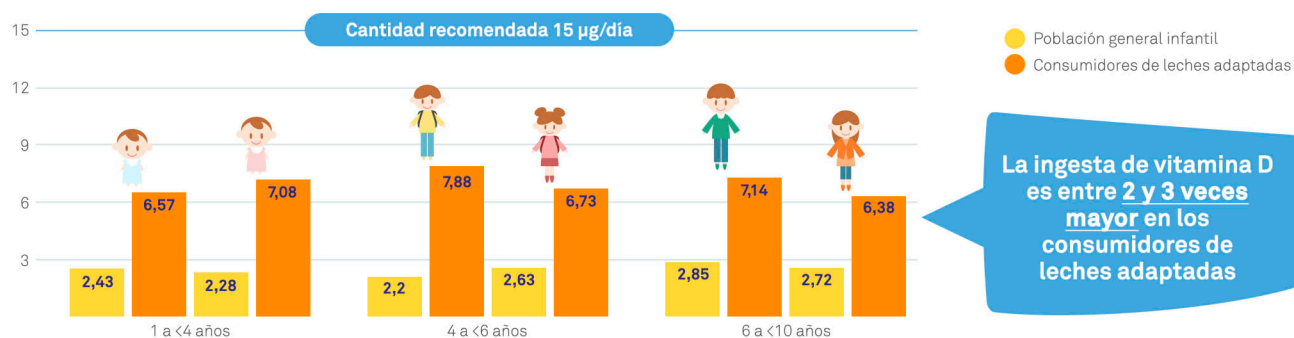


1 LA VITAMINA D TIENE UN PAPEL IMPORTANTE DURANTE EL CRECIMIENTO Y DESARROLLO

Su ingesta adecuada es esencial para alcanzar el pico óptimo de masa ósea y **los niños españoles no la cumplen.**

2 LA MAYORÍA DE LOS NIÑOS DE 1 A <10 AÑOS TIENEN UNA INGESTA DE VITAMINA D INFERIOR A LAS RECOMENDACIONES

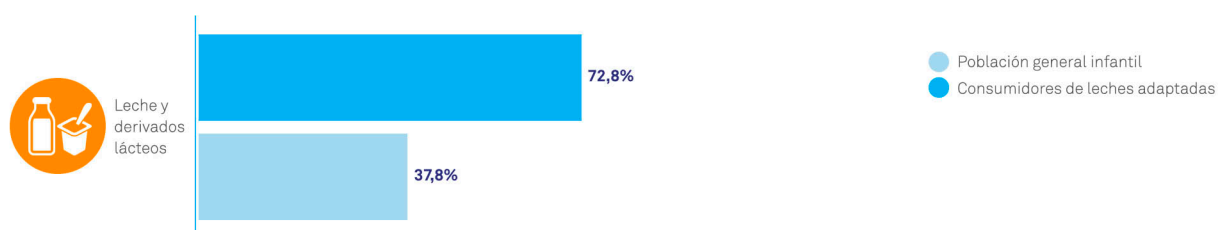
A pesar de que **los niños que consumen leches adaptadas presentan una mayor adhesión a las recomendaciones**, ambos grupos necesitan mejorar las ingestas.



Cantidad diaria ingerida (µg/día) de **VITAMINA D**

3 LA LECHE Y LOS PRODUCTOS LÁCTEOS SON LA PRINCIPAL FUENTE ALIMENTARIA DE VITAMINA D, seguidos de pescado, huevos y cereales

Tomar dos o más biberones, o vasos de leche, al día fue un factor que **ayudó a lograr una mayor ingesta de vitamina D en el grupo de niños consumidores de leches adaptadas.**



Porcentaje de contribución (%) de la leche y los derivados lácteos a la ingesta total de vitamina D

4 Los niños españoles NECESITAN MEJORAR LAS INGESTAS DE CALCIO Y MAGNESIO

Una ingesta adecuada de estos nutrientes interviene en la salud ósea y metabólica de los niños. Los niños que consumen leches adaptadas presentan una mayor adhesión a las recomendaciones, aún así ambos grupos necesitan mejorar.

5 El consumo de LECHEs ADAPTADAS INFANTILES PUEDE SER ÚTIL PARA MEJORAR LA INGESTA DE VITAMINA D IMPLICADA EN LA SALUD ÓSEA DE LOS NIÑOS

La Hipovitaminosis D está muy extendida en la población y se considera un problema de salud pública.

