

Hecho o ficción: La vitamina A y el sarampión

¿Qué es la vitamina A?

La vitamina A, es una vitamina esencial que apoya muchas partes del cuerpo, incluyendo la visión, los huesos, los dientes y el sistema inmunológico (ayuda a mantener a las personas sanas). Se encuentra de forma natural en los productos lácteos (productos elaborados con la leche de diferentes animales), los huevos, el pescado, el aceite, las semillas y los frutos secos.

Hecho

Demasiada vitamina A puede lastimar a mi niño o a mí

- Demasiada vitamina A **PUEDE** provocar intoxicación por vitamina A.
- Una intoxicación grave por vitamina A puede causar daño en :
 - el hígado
 - el sistema nervioso
 - los huesos
- **NO** se recomienda que las mujeres embarazadas tomen niveles altos de vitamina A, ya que puede causar defectos congénitos graves.

Ficción

La vitamina A puede curar/prevenir el sarampión

- **HECHO:** Los casos graves de sarampión pueden reducir los niveles de vitamina A debido a una alta respuesta inmunológica. Los pacientes pueden recibir vitamina A bajo supervisión médica, pero no es una cura para el sarampión.
- **Hecho:** La mayoría de los estadounidenses no tienen niveles bajos de vitamina A.
 - **Consulte a su médico si desea conocer sus niveles de vitamina A.**

Hecho

La vacuna triple viral (MMR) es la forma más eficaz de prevenir el sarampión en los niños.

- La vacuna triple viral es la forma más eficaz de prevenir el sarampión.
- No se ha demostrado que la vitamina A detiene la propagación del sarampión.
- Comuníquese con su médico para ver si usted y su (s) niño (s) están al día con su vacuna triple viral (MMR).

Para obtener más información sobre el sarampión, visite el sitio web del Departamento de Salud del Condado de Douglas:
douglas.co.us/health-department/measles