

# Inyección de vitamina K: ¿por qué la necesitan los recién nacidos?

## ¿Qué es la vitamina K?

La vitamina K es un nutriente importante. El organismo la utiliza para ayudar a coagular la sangre y detener las hemorragias.

## ¿De dónde obtenemos la vitamina K de forma natural?

Los adultos obtenemos la vitamina K de los alimentos que comemos y de las bacterias que viven en nuestros intestinos. Los bebés nacen con niveles bajos de vitamina K y no tienen suficientes bacterias para producirla por sí mismos.<sup>1</sup> La inyección aumenta sus niveles bajos de vitamina K al nacer.

## ¿Por qué necesitan vitamina K los bebés?

Todos los bebés nacen con niveles bajos de vitamina K.<sup>2</sup> Esa cantidad no es suficiente para prevenir un trastorno hemorrágico llamado "sangrado por deficiencia de vitamina K" (vitamin K deficiency bleeding).

## ¿Qué es el sangrado por deficiencia de vitamina K?

El sangrado por deficiencia de vitamina K es un trastorno hemorrágico que se da en los bebés. Puede prevenirse con una única inyección de vitamina K poco después del nacimiento. Sin esta inyección, el sangrado por deficiencia de vitamina K puede ser mortal para un bebé, incluso cuando no haya lesiones físicas. El sangrado por deficiencia de vitamina K se produce cuando los bebés no pueden detener la hemorragia porque su sangre no tiene suficiente vitamina K para formar un coágulo. La hemorragia puede producirse dentro o fuera del cuerpo. Cuando la hemorragia se produce en el interior del cuerpo, puede ser difícil de percibir. Un bebé con sangrado por deficiencia de vitamina K puede tener una hemorragia en sus órganos internos o en el cerebro, lo que puede provocar daños cerebrales e incluso la muerte. La mayoría de los casos de sangrado por deficiencia de vitamina K se producen en las dos primeras semanas de vida, pero los bebés que no reciben la inyección de vitamina K pueden correr el riesgo de sufrir hemorragias por falta de esta vitamina hasta los seis meses de edad.<sup>1</sup>

## ¿Es obligatorio que todos los bebés de Nueva York reciban vitamina K?

Sí. El estado de Nueva York exige que el personal médico administre vitamina K al bebé en las seis horas posteriores al nacimiento para prevenir el sangrado por deficiencia de vitamina K. La Academia Americana de Pediatría (American Academy of Pediatrics) recomienda que la inyección de vitamina K se administre a los recién nacidos como dosis intramuscular.<sup>3</sup> Estas inyecciones se han utilizado desde que la Academia Americana de Pediatría las recomendara por primera vez en 1961.

## ¿Aumenta la lactancia materna la vitamina K de mi bebé?

La leche materna es el alimento más nutritivo para el bebé, pero no tiene suficiente vitamina K. Aunque las madres coman más alimentos ricos en vitamina K o tomen suplementos durante el embarazo o la lactancia, los bebés seguirán sin tener suficientes cantidades como para prevenir los sangrados por deficiencia de vitamina K.<sup>1</sup> La Academia Americana de Pediatría recomienda que todos los recién nacidos, ya sea que consuman leche materna o de fórmula, reciban la inyección de vitamina K.<sup>4</sup>

## ¿Y la vitamina K oral?

La vitamina K administrada por vía oral a los recién nacidos no protege tan bien al bebé, y su uso en recién nacidos no está aprobado por la Administración de Alimentos y Medicamentos de Estados Unidos (United States Food and Drug Administration).<sup>5</sup> Una inyección de vitamina K administrada al nacer es la mejor forma de prevenir los sangrados por deficiencia de esta vitamina.

## ¿Existe algún riesgo potencial asociado a la inyección de vitamina K?

No. La vitamina K se utiliza de forma segura para prevenir el riesgo de sangrado en recién nacidos desde 1961. La inyección de vitamina K es segura y necesaria para su bebé.

## ¿Duele la inyección de vitamina K?

A los padres no les gusta ver sufrir a sus bebés. Los recién nacidos sienten un poco de malestar después de recibir la inyección de vitamina K.<sup>6</sup> Si quiere calmar al bebé después de la aplicación de la inyección, puede darle leche, sostenerlo contra su piel o envolverlo con una manta.<sup>5</sup> Todas estas son formas estupidas de calmar a los bebés.

<sup>1</sup> [www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html](http://www.cdc.gov/ncbddd/vitamink/faqs.html)

<sup>2</sup> [www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn](http://www.mountsinai.org/health-library/diseases-conditions/vitamin-k-deficiency-bleeding-of-the-newborn)

<sup>3</sup> <https://www.healthychildren.org/English/ages-stages/prenatal/delivery-beyond/Pages/Where-We-Stand-Administration-of-Vitamin-K.aspx>

<sup>4</sup> [www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html](http://www.cdc.gov/breastfeeding/breastfeeding-special-circumstances/diet-and-micronutrients/vitamin-k.html)

<sup>5</sup> [www.med.umich.edu/llib/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf](http://www.med.umich.edu/llib/Pediatrics/VitaminKQuestionsAndAnswers.pdf)

<sup>6</sup> [www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life](http://www.womenshealth.gov/pregnancy/childbirth-and-beyond/your-babys-first-hours-life)