



Tuality Orthopedic, Sports, Spine & Rehabilitation Center

A member of the Tuality Healthcare family.

Pediatric Fractures and Vitamin D levels

If your child has sustained a fracture (broken bone), and especially if your child has sustained more than one broken bone recently, it is important to consider whether your child has appropriate Vitamin D levels. Vitamin D is an important nutrient that helps your child absorb Calcium, which builds strong bones. Recent studies have shown that most children with broken bones have low Vitamin D levels. Some can have disorders that cause low levels, but most are related to low Vitamin D intake in the diet, and can be corrected with supplements. Our office encourages you to mention to your pediatrician that your child has had a broken bone(s), and to ask whether any other supplements should be taken. We generally advise a multivitamin a day, 3 glasses of milk a day, and possibly an additional Vitamin D prescription if suggested by your pediatrician. Vitamin D intake by children should be over 400 IU (international units) per day, and up to 1000 IU following a fracture. Please notify your pediatrician before starting any supplementation. Sometimes, blood tests can be done to evaluate for low Vitamin D levels or other disorders of bone. Please let Dr. Langer or his office staff know if you have any further questions.

Fracturas de los huesos en la niñez y niveles de vitamina D

Si su niño(a) ha sufrido una fractura (hueso roto), y especialmente si recientemente ha tenido más de una fractura, es importante considerar y saber si su niño(a) tiene niveles de vitamina D apropiados. La vitamina D es un nutriente importante que ayuda la absorción de calcio, lo cual hace huesos fuertes. Estudios recientes demuestran que muchos niños con fracturas de los huesos tienen niveles bajos de vitamina D.

Algunos niños pueden tener trastornos que causan bajos niveles de vitamina D, pero por lo general está relacionado con baja ingestión de vitamina D en la dieta, y esto puede corregirse con suplementos de vitamina D. Nuestra oficina invita a los padres de familia que den a conocer al pediatra si su niño ha tenido fracturas, y preguntar si es recomendado tomar suplementos de vitamina D. Por lo general nosotros recomendamos una multivitamínica, 3 vasos de leche al día, y posiblemente tomar una prescripción de calcio si es sugerido por el pediatra.

El consumo de vitamina D por niños generalmente es de 400 IU (unidades internacionales) por día, y hasta 1000 IU después de una fractura. Por favor notificar a su pediatra antes de empezar a darle suplementos de vitamina D a su niño. Algunas veces, exámenes de sangre se hacen para evaluar si hay niveles bajos de vitamina D u otros trastornos de los huesos. Si usted tiene más preguntas o alguna duda sobre este tema, por favor hable con Dr. Langer o algún miembro de personal en su consultorio.

Tuality Orthopedic Sports, Spine & Rehabilitation Center
1200 NE 48th Avenue, Suite 1100 • Hillsboro, OR 97124 • Office: 503-844-8219 • Fax: 503-844-8234 • www.tossrc.org

Translated by Leda I. Garside, RN; Tuality Healthcare ¡Salud! Services Manager/Cultural Liaison
Cross reference to English version "Pediatric fractures and vitamin D levels", Dr. Langer
8/2/2013