

Para llevar a tu pediatra: Probiótico Diario para Niños

Nombre del niño: _____ Edad: _____ Peso: _____ Fecha: _____

Nota de los padres: estoy considerando los productos de abajo y quisiera su consejo antes de usarlos. Son productos candidatos, aún no a la venta.

Probiótico Diario para Niños (grado de evidencia C)

Edades según etiqueta: Niños de 3 años en adelante (según etiqueta). **Dosis de etiqueta:** 1 sobre (Lactobacillus rhamnosus GG, 10 mil millones UFC al vencimiento) al día en comida o bebida fría.

Ingredientes: Lactobacillus rhamnosus GG; inulina como soporte. Sin lácteos ni azúcar.

Declaración: Contribuye a la salud digestiva.*

Resumen de evidencia: Una revisión Cochrane halló que los probióticos probablemente reducen el número de personas con infecciones respiratorias altas, con certeza baja a moderada, y los efectos varían por cepa [1]. El NCCIH advierte que los productos pueden no contener lo indicado y que pueden causar infecciones graves en prematuros y personas inmunodeprimidas [2].

Precauciones e interacciones: No apto para prematuros, niños inmunodeprimidos, con catéter central o enfermedad grave. No mezclar con comida caliente, que puede matar las bacterias. Mantener fuera del alcance de los niños. Guardar cerrado y lejos del calor. No superar la dosis de la etiqueta. Informa a tu pediatra de todo suplemento y medicamento que tome tu hijo.

Preguntas

- ¿Es apropiado un probiótico según el historial de mi hijo?
- ¿Lo necesita mi hijo, según su dieta y crecimiento?
- ¿Es adecuada la dosis de la etiqueta para la edad y el peso de mi hijo?
- ¿Puede interactuar con algún medicamento o condición de mi hijo?

Fuentes: [1] Zhao et al. 2022, Cochrane, doi.org/10.1002/14651858.CD006895.pub4; [2] NCCIH, Probiotics: what you need to know, www.nccih.nih.gov/health/probiotics-what-you-need-to-know

Notas del pediatra

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). Este producto no tiene como fin diagnosticar, tratar, curar ni prevenir ninguna enfermedad. Solo educación, no consejo médico. everstackhealth.com/es/kids