

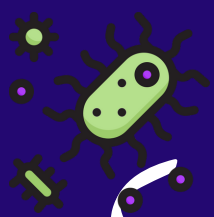
VITAMINA K

¿QUÉ ES?

1. Vitamina liposoluble

2. Tiene 3 formas:

- K1 o fitonadiona
- K2 o menaquinona
- K3 o menadiona



FUNCIONES

1. Anticoagulante



2. Mantiene la estructura ósea



3. Previene calcificación vasos sanguíneos

ALIMENTOS



Verduras de hoja verde oscura

VITAMINA K

DEFICIENCIA

Aumenta el riesgo de:



- Osteoporosis
- Hemorragias
- Sangrado



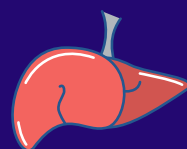
EXCESO

Provoca hipervitaminosis

- Interferencia con antioxidantes
- Coagulación irregular
- Anemia hemolítica
- Ictericia en piel y ojos



- Afecciones neurológicas en lactantes
- Problemas hepáticos



ATENCIÓN CON LOS SUPLEMENTOS DE LA VITAMINA E



El exceso de vitamina E acelera la metabolización y eliminación de la vitamina K.



INTERACCIONES



WARFARINA



Vitamina
k

Hemorragias



Vitamina
k

Coágulos



SINTROM



Anticoagulante

**Inhibe la
vitamina K**



InstaGRAF

Proyecto de innovación Docente UCM Nº 279



UNIVERSIDAD
COMPLUTENSE
MADRID