



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

A partir de 2023, tendrá que costear usted la vitamina D



Samen gezond, fit en veerkrachtig

Su doctor le ha recetado vitamina D. A partir del 1 de enero de 2023, tendrá que correr usted con los costes de la vitamina D. Esto se debe a una decisión tomada por el gobierno de los Países Bajos, asesorado por el Instituto Nacional de Asistencia Sanitaria.

¿Cuánto cuesta la vitamina D?

Puede comprar la vitamina D en farmacias, droguerías o supermercados sin necesidad de receta. Está disponible a partir de 8,00 € al año. El coste dependerá de la marca de vitamina D que compre. En ocasiones, el envase es distinto a lo que está acostumbrado.

No deje de tomar vitamina D

Si su médico le ha recetado vitamina D, es porque la necesita. La vitamina D contribuye a fortalecer los huesos, los dientes y los músculos. Para una gran parte de la población, el sol garantiza que su organismo produzca suficiente vitamina D por sí solo. Sin embargo, no es bastante para usted.

Esto es habitual en los siguientes casos:

- Niños menores de 4 años
- Si tiene más de 50 años
- Si está embarazada
- Si tiene la piel oscura
- Si no sale con demasiada frecuencia

Si su organismo no genera suficiente vitamina D por sí solo, debe tomar un complemento de esta vitamina. Consulte a su médico o farmacéutico para saber qué dosis necesita.

¿Qué vitamina D debe comprar?

Mire el envase de vitamina D que está tomando actualmente. En él debe figurar la dosis exacta de las vitaminas. Compre la dosis que está tomando ahora mismo.

En la etiqueta puede aparecer de dos maneras:

- A veces pone IE y otras, IU. IE significa 'Internationale Eenheid', el equivalente en neerlandés a 'International Unit', o IU.
- En ocasiones pone mcg o µg, que significa microgramo.

Un microgramo equivale a 40 unidades internacionales.

1 mcg/µg = 40 IE/IU

Un microgramo equivale a 40 unidades internacionales.

A partir de ahora, la deberá pagar usted

- Vitamina D, todas las dosis
- Vitamina D₃ (Colecalciferol)
- Vitamina D con calcio
- Vitamina D con ácido alendrónico
- Calcifediol (Hidroferol®)

Agregue la vitamina D a su listado de medicación

Consulte a su médico o farmacéutico para saber si tiene que incluir la vitamina D en su listado de medicación. Si va a tomar una dosis distinta, no olvide añadirla también a su listado de medicación.

¿Precisa una dosis alta de vitamina D?

Si padece una deficiencia de vitamina D, es posible que en ocasiones tenga que tomar, de manera temporal, una dosis elevada de vitamina D. Para ello necesitará una receta de su médico. Puede recoger la vitamina D en la farmacia. Deberá pagar usted los gastos tanto de la vitamina D como de la atención de la farmacia. El coste total puede variar de una farmacia a otra.

¿Tiene vitamina D en su rollo de medicinas?

Es posible que le den sus medicamentos en un 'rollo de medicinas'. En el mismo se incluyen todos los fármacos que debe tomar en un momento determinado en una bolsa individual. Si en su caso está incluida la vitamina D, puede continuar así. No obstante, a partir del 1 de enero 2023 tendrá que pagar usted el coste de la vitamina D.

¿Necesita más información sobre la vitamina D?

Para conocer mejor qué efectos tiene la vitamina D sobre su salud, entre en las siguientes páginas web:

- rijksoverheid.nl/vitamine-d;
- www.thuisarts.nl/vitamine-d/ik-heb-misschien-extra-vitamine-d-nodig;
- www.apotheek.nl/medicijnen/vitamine-d.

Dit is een uitgave van
**Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport**
Postbus 20350 | 2500 EJ Den Haag
www.rijksoverheid.nl
december 2022