



# ¿Los suplementos de vitamina D durante el embarazo o la lactancia ayudan a prevenir el asma infantil?

**Mensaje evaluado** “Los suplementos de vitamina D durante el embarazo o la lactancia ayudan a prevenir el asma infantil”

**Tipo de mensaje:** evidencia Cochrane

**Fecha:** 31.10.2025

## Conclusión de la evaluación

La evaluación realizada muestra que los hijos de las madres que tomaron suplementos de vitamina D durante el embarazo o la lactancia **podrían tener menos probabilidades de desarrollar asma.**



## Otros puntos clave

- Tomar **dosis altas** de vitamina D probablemente produce más o menos el mismo efecto en el asma y las sibilancias que tomar dosis más bajas.
- No se sabe si tomar vitamina D puede tener **efectos perjudiciales** en las mujeres embarazadas o lactantes y en sus hijos.

**Veracidad del mensaje**



Posiblemente cierto

**Resumen** Resultados (**efecto observado**) en los **desenlaces** estudiados, **grado de certeza** de los resultados y **conclusión**

 <b>Desenlaces</b>	 <b>Efecto observado</b>	 <b>Certeza</b>	 <b>Conclusión</b>
<b>En comparación con placebo o no tomar suplementos</b>			
Asma infantil	Reducción	⊕⊕○○ Baja	Los suplementos de vitamina D podrían reducir los casos de asma
Sibilancias	Poca o ninguna diferencia	⊕○○○ Muy baja	Hay mucha incertidumbre sobre el efecto
Efectos perjudiciales	Falta información	⊕○○○ Muy baja	Hay mucha incertidumbre sobre los posibles efectos perjudiciales

## Claves para el pensamiento crítico



> **Los estudios pequeños pueden ser confusos** Recuerda que no puedes estar seguro de los efectos de un tratamiento basados en estudios pequeños con pocos participantes o pocos eventos, como ocurre en este caso. Esto es así porque cuanto menor es el tamaño de la muestra de participantes, más probable es que se los resultados del estudio se deban al azar.

> **Un solo estudio no basta para conocer los efectos de un tratamiento** Ten presente que la evidencia sobre el efecto de tomar suplementos de vitamina D durante el embarazo o la lactancia en el riesgo de asma de los niños de estas mujeres procede de un único estudio, lo cual es claramente una evidencia muy limitada para sacar conclusiones sólidas.