

NECESIDADES DE VITAMINA B6. En relación con las necesidades vitamínicas del organismo se tienen en cuenta conceptos como necesidad media estimada o la dosis recomendada en la dieta. Existían pocos datos fiables al respecto en relación con los niños hasta que una amplia Investigación realizada en Taiwán sobre varios centenares de niños de edades comprendidas entre 7 y 12 años llegó a unas cifras recomendables en relación con la vitamina B6 de 1,01 mg por día para los niños y de 0,89 mg por día para las niñas.