

16.- Respuesta correcta: b)

Las **vitaminas A, D, E y K** son liposolubles, es decir solubles en grasa, y su exceso se acumula en el organismo, principalmente en el hígado.

Únicamente las sobredosis de formas farmacéuticas de estas vitaminas, pueden producir efectos secundarios o tóxicos por acumulación en el organismo, pero estos efectos negativos no se pueden llegar a producir por el consumo de alimentos, por mucho que se coma.

Únicamente las sobredosis de formas farmacéuticas de estas vitaminas, pueden producir efectos secundarios o tóxicos por acumulación en el organismo, pero estos efectos negativos no se pueden llegar a producir por el consumo de alimentos, por mucho que se coma.

La diferencia con las vitaminas hidrosolubles del **grupo B y vitamina C**, consiste en que estas son solubles en agua y su exceso se elimina en la orina.

VITAMINAS LIPOSOLUBLES

