



JOSE LUIS PINOADO

Manuel Amarilla y Javier Haya, ayer en la presentación del grupo Geyen.

PREVENCIÓN LA DOSIS RECOMENDADA ES DE 250 MICROGRAMOS

El 80% de las embarazadas no consume el aporte de yodo óptimo para su hijo

■ Clara Simón Vázquez

El 80 por ciento de la población española tiene niveles basales normales de yodo, pero no son los óptimos para poder llevar a término un embarazo favorable. La recomendación de los clínicos oscila entre 250 y 300 microgramos al día de yodo para asegurar que el feto recibe el aporte necesario para que se establezca una buena conexión neuronal y se obtenga una maduración cerebral correcta, ha apuntado Javier Haya, jefe del Servicio de Ginecología y Obstetricia del Hospital General de Ciudad Real, y presidente del Grupo Español de Yodo en el Embarazo y en el Niño (Geyen), que se acaba

de constituir y que se presentó ayer en Madrid.

Haya ha puntualizado que la única forma de obtener la cantidad de yodo requerida es a través de los suplementos farmacológicos, puesto que con la alimentación es complicado. Ha recordado que para ingerir 200 microgramos de yodo se necesitarían consumir 5 gramos de sal yodada al día o 300 gramos de marisco o 500 de pescado o 3 litros de leche o 6 kilos de lechuga o 6 litros de vino, "y no es viable. Con los suplementos farmacológicos se consumen los 300 microgramos recomendados".

En los casos en los que la ingesta de yodo sea superior a la necesaria, el orga-

nismo desecha lo sobrante a través de la orina, sin originar problemas ni en la embarazada ni en el hijo.

El nuevo grupo nace con el objetivo de informar a los profesionales de la salud sobre la necesidad de implantar de forma rutinaria el tratamiento para garantizar el aporte de yodo necesario para un buen desarrollo cerebral del feto. Como ha comentado el presidente de Geyen, esta prevención sólo se puede llevar a cabo con una buena profilaxis en la etapa preconcepcional, en el embarazo y en la lactancia. La OMS califica el déficit de yodo como la primera causa evitable de retraso mental en el recién nacido.