

noticias

El déficit de yodo en las mujeres embarazadas disminuye el coeficiente intelectual de sus hijos

Científicos europeos, pertenecientes al proyecto Europeo [NUTRIMENTHE](#), que coordina la [Universidad de Granada](#), descubren que los niños nacidos de madres que presentaron deficiencia de yodo durante la gestación muestran, a los ocho años de edad, un coeficiente intelectual tres puntos inferior que los demás, y peor habilidad para la lectura a los nueve años.

FUENTE | Universidad de Granada

10/07/2013



Compartir noticia

Sugiéranos su noticia

Suscríbete

Un equipo internacional de científicos, pertenecientes al proyecto europeo *NUTRIMENTHE*, que coordina la profesora de la Universidad de Granada Cristina Campoy Folgoso, ha descubierto que el déficit de yodo durante el embarazo tiene efectos perjudiciales en el desarrollo cognitivo del niño. Los resultados de esta investigación, publicados en la revista *The Lancet*, han revelado que los niños nacidos de madres que presentaron deficiencia de yodo durante la gestación mostraron, a los ocho años de edad, un coeficiente intelectual tres puntos inferior que los demás, y peor habilidad para la lectura a los nueve años.

El yodo es esencial para el crecimiento, el desarrollo cerebral, la síntesis de hormonas tiroideas y la regulación de numerosos procesos metabólicos en el organismo. La deficiencia de yodo determina alteraciones del desarrollo cognitivo y, por lo tanto, un correcto estado nutricional en yodo resulta especialmente relevante durante la gestación y los primeros años de vida para el desarrollo del cerebro del bebé.

ESTUDIO ALSPAC

Estos resultados han surgido tras un reciente análisis del [estudio ALSPAC](#) por las profesoras Sara Bath y Pauline Emmett realizado en el contexto del proyecto europeo *NUTRIMENTHE*. El déficit de yodo en la población no es un problema únicamente de países en vías de desarrollo, pues informes recientes revelan índices bajos de yodo en países industrializados.

En el Reino Unido, donde se ha llevado a cabo esta investigación, se ha detectado que la deficiencia de yodo es muy común: afecta a dos tercios de las mujeres, especialmente a aquellas en edad fértil. Otros países, como Holanda, España o Dinamarca, hace tiempo que adoptaron medidas de prevención como la suplementación de la sal común con yodo para asegurar un mayor aporte de este mineral a través de la alimentación.

En el estudio ALSPAC, los científicos reclutaron más de 10.000 mujeres embarazadas, a quienes se tomaron muestras de orina. Se han analizado las concentraciones de yodo en muestras de orina de 1.040 de ellas.

Además, posteriormente, mediante pruebas de neurodesarrollo y la evaluación de diferentes habilidades cognitivas a los ocho y nueve años de edad, investigaron la relación de estos niveles de yodo y el desarrollo cognitivo de sus hijos.

Tras el análisis de los resultados, los científicos descubrieron que a los 8 años de edad hay tres puntos de diferencia en el coeficiente intelectual de los niños nacidos de madres con bajas concentraciones de yodo en los primeros meses del embarazo, frente a aquellos nacidos de madres que tenían niveles de yodo por encima del límite mínimo.

MEJOR EL YODO NATURAL

Ante estos resultados, los expertos recomiendan una ingesta suficiente de yodo en las mujeres embarazadas, procurando obtenerlo a partir de alimentos naturales, principalmente del pescado, marisco y productos lácteos. Se desaconseja el consumo de algas o suplementos que las contengan, pues podría provocar problemas tiroideos por exceso de ingesta de este mineral. Éstas y otras recomendaciones han sido publicadas a través de la *British Dietetic Association*, donde los autores aconsejan una ingesta diaria de yodo durante la gestación y la lactancia de 250 µg/día, mientras que para el resto de adultos bastaría con 150 µg/día.

El Proyecto Europeo *NUTRIMENTHE*, del 7º Programa Marco de la Unión Europea, ha sido financiado con más de 6 millones de euros, y desde 2008 lo coordina la profesora de la UGR Cristina Campoy. Veinte centros y más de 120 investigadores colaboran para el avance de esta investigación, con el objetivo de determinar los efectos de la dieta durante la vida precoz sobre el desarrollo cognitivo, el rendimiento mental y el desarrollo de la conducta y del

comportamiento de los más de 20.000 niños involucrados en toda Europa.

Tanto los datos de este estudio sobre el yodo como otros resultados de este Proyecto Europeo serán presentados y debatidos por expertos internacionales en Granada durante la NUTRIMENTHE Internacional Conference, que está siendo organizada desde la Universidad de Granada.

Enlaces de interés

- [IMDEA Alimentación](#)

Noticias relacionadas

- [Hipotiroidismo congénito, memoria y aprendizaje](#)

Prohibida la reproducción de los contenidos de esta noticia sin la autorización de Universidad de Granada

Compartir noticia

Añada un comentario a esta noticia

Su comentario no ha sido introducido. Por favor, revíselo de nuevo y pulse enviar.

Añada un comentario a esta noticia

Para el envío de comentarios, Ud. deberá rellenar todos los campos solicitados. Así mismo, le informamos que su nombre aparecerá publicado junto con su comentario, por lo que en caso que no quiera que se publique, le sugerimos introduzca un alias.

Nombre:

Normas de uso:

Correo electrónico:

Las opiniones vertidas serán responsabilidad de su autor y en ningún caso de www.madrimasd.org •
No se admitirán comentarios contrarios a las leyes españolas o buen uso. •

¿Desde dónde nos escribe?:

El administrador podrá eliminar comentarios no apropiados, intentando respetar siempre el derecho a la libertad de expresión. •

Ciudad:

Una vez aceptado el envío, el autor recibirá en el mail facilitado, una confirmación de publicación de su comentario. •

País:

Escriba su comentario a esta noticia:

Enviar

Le informamos que de acuerdo a la normativa de Protección de Datos Personales, 15/99 y 8/2001, sus datos pasarán a formar parte de un fichero automatizado de acuerdo a la [Política de Privacidad](#).
