Este sitio web utiliza cookies propias y de terceros para optimizar tu navegación, adaptarse a tus preferencias y realizar labores analíticas. Al continuar navegando aceptas nuestra Política de Cookies. X

Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com

Jueves, 11 julio 2013 Hoy 18 / 30 | Mañana 19 / 33

elcorreo.com

Edición: **Bizkaia** Ir a Edición Araba/Álava Personalizar

Iniciar sesión con Regístrate

Portada **Local** **Deportes** **Economía** **Más Actualidad** **Gente y TV** **Ocio** **Participa** **Blogs** **Servicios** **Hemeroteca** IR

Política Mundo Sociedad Cultura Vidasolidaria Tecnología e internet Final de la violencia de ETA

SALUD REVISTA VIDA SANA INVESTIGACIÓN PSICOLOGÍA CONSULTORIO BUSCADOR

Estás en: Salud > **Noticias**

PEDIATRÍA

El yodo es crucial en el desarrollo intelectual del niño

Un estudio coordinado desde la Universidad de Granada concluye que el déficit de este mineral en las embarazadas causa menor coeficiente intelectual y menos habilidades cognitivas en sus hijos

10.07.13 - 15:12 - SALUD REVISTA.ES / UGR | GRANADA

Embrión entre cuatro y ocho semanas de gestación. Foto: AP.

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, según estudio ALSPAC realizado por los científicos Sara Bath y Pauline Emmett, dentro del marco del proyecto europeo NUTRIMENTHE y la Universidad de Granada, coordinado por la profesora Cristina Campoy Folgoso.

Los resultados, publicados en la revista The Lancet, muestran que la deficiencia de yodo produce alteraciones del desarrollo cognitivo. Su correcta administración a la madre durante la gestación y en el bebé durante los primeros años de vida ayudan al desarrollo del cerebro del bebé.

El estudio ALSPAC se realizó en Reino Unido, donde la deficiencia de yodo en mujeres en edad fértil es común. Los científicos reclutaron más de 10.000 mujeres embarazadas, a quienes se tomaron muestras de orina y se analizaron las concentraciones de yodo en muestras de orina de 1.040 de ellas.

Entre ocho y nueve años después se realizaron pruebas de neurodesarrollo y se evaluaron las habilidades cognitivas de sus hijos. La conclusión fue que estos niños, de 8 años, “tenían 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”, según informa la Universidad de Granada.

Consejos de los expertos

Para lograr los niveles de yodo ideales, las recomendaciones de la British Dietetic Association para las mujeres embarazadas son:

-Ingerir suficiente de yodo durante el embarazo. Durante la gestación y la lactancia de 250 µg al día, mientras que para el resto de adultos bastaría con 150 µg/día.

-Procurar obtenerlo a partir de alimentos naturales, como pescado, marisco y lácteos.

-No consumir algas o suplementos que las contengan, pues podría provocar problemas tiroideos por exceso de ingesta de este mineral.

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 los días 13 y 14 de septiembre, durante la NUTRIMENTHE Internacional Conference, que está siendo organizada desde la Universidad de Granada.

TAGS RELACIONADOS

ingesta, yodo, embarazo, influye, coeficiente, intelectual, nino