

La falta de yodo afecta a la inteligencia del bebé

Miércoles, 10 de Julio 2013 | 10:36 am

Temas relacionados:

El déficit de yodo durante el embarazo **disminuye el coeficiente intelectual de los niños**, concluyen científicos, pertenecientes al proyecto europeo "Nutrimenthe", que coordina la profesora de la Universidad de Granada (UGR) Cristina Campoy Folgoso.

Los resultados muestran que **a los 8 años de edad existe 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.

Para conseguir que **las mujeres tengan los niveles de yodo dentro de los límites recomendables los expertos recomiendan introducirlo de manera natural en el organismo**, es decir, a través de una dieta rica en marisco, lácteos y pescado.

Además han desaconsejado el uso de suplementos o algas con demasiado yodo para evitar problemas de tiroides. A través de la British Dietetic Association, los autores han aconsejado **una ingesta diaria de yodo durante la gestación y la lactancia**. Los resultados de esta investigación los publica la revista The Lancet.

Noticias relacionadas:

Noticias relacionadas en la web: