

Sociedades que se adhiren e asinan esta declaración:

Asociación Galega de Matronas.

Asociación Galega de Medicina Familiar e Comunitaria

Sociedade Galega de Endocrinoloxía, Nutrición e Metabolismo

Sociedade Galega de Medicina Interna

Sociedade Galega de Medicina Rural e Xeneralista

Sociedade Galega de Medicina Xeral

Sociedade Galega de Obstetricia e Xinecoloxía

Sociedade de Pediatría de Galicia

UNICEF Galicia

[Por unha achega de iodo adecuada durante o embarazo e a lactación]

Declaración de Galicia sobre a necesidade da suplementación con **iodo** durante o embarazo e a lactación

O iodo é un micronutriente esencial para a saúde humana e é un substrato indispensable para a síntese de hormonas tiroideas iodadas (T3 e T4), que teñen efectos sobre, practicamente, todos os tecidos do organismo e, fundamentalmente, sobre o desenvolvemento do sistema nervioso central.

Durante a xestación, as necesidades de iodo son maiores e unha deficiencia leve ou moderada, ademais de asociarse a un maior risco de resultados obstétricos adversos, pode levar a concentracións circulantes de T4 materna insuficientes para un desenvolvemento harmónico do cerebro do feto e do neonato, causa de lesións e defectos neurolóxicos, psicomotores e neuropsicolóxicos permanentes e irreversibles. Ademais, existe unha clara asociación entre iodurias baixas e escotomas auditivos.

A Organización Mundial da Saúde declara a carencia de iodo como a causa mundial máis frecuente de atraso mental e parálise cerebral que se poden previr e é a consecuencia máis importante e grave por déficit nutricional de iodo, polo que a súa erradicación se converte nunha prioridade mundial en materia de saúde pública.

A Consellería de Sanidade e as sociedades científicas relacionadas, conscientes da necesidade de erradicar a deficiencia de iodo durante o embarazo e a lactación, adhírense e asinan a presente Declaración para Galicia.

DECLARACIÓN DE GALICIA SOBRE A NECESIDADE DA SUPLEMENTACIÓN CON IODO DURANTE O EMBARAZO E A LACTACIÓN

- 1 As necesidades de iodo están moi aumentadas durante o embarazo e a lactación.
- 2 A correcta achega de iodo durante a xestación e a lactación é esencial para o correcto desenvolvemento do feto e para a saúde da nai e do neonato.
- 3 O iodo é necesario para a formación das hormonas tiroideas. As hormonas tiroideas (tiroxina e triiodotironina) son necesarias durante toda a vida para unha función normal do sistema nervioso central e especialmente esenciais durante a vida fetal e a primeira infancia. As neuronas teñen receptores para as hormonas tiroideas, e estas participan na formación da mielina e na migración neuronal ata a codia cerebral, que finaliza aos tres anos de vida.
- 4 Estímase que a maioría das mulleres embarazadas reciben unha contribución insuficiente de iodo durante a xestación e a lactación.
- 5 A recomendación de incrementar a contribución de iodo aumentando a contribución de alimentos con maior riqueza natural en iodo, como o peixe mariño ou o leite, e a achega de sal iodado son insuficientes para cubrir as necesidades maternofetais.
- 6 Estímase que é necesaria a suplementación de iodo mediante a administración de 200 microgramos diarios de iodo en forma de ioduro potásico (IK) durante todo o embarazo e a lactación. Débese comezar a contribución canto antes e, se fose posible, dende un mes antes do embarazo. Os 200 microgramos cobren as necesidades da nai, do feto, e do neonato mentres a muller está aleitando.
- 7 No suposto de que a xestante estivese realizando unha contribución adecuada de iodo cos alimentos e con sal iodado, o cal non é fácil de precisar na práctica, a contribución de 200 microgramos diarios non supón nunca unha contribución que puidera ser prexudicial para a muller.
- 8 Aínda que existen escasos datos baseados en ensaios clínicos de intervención, a literatura científica actual, baseada fundamentalmente en exhaustivos estudos epidemiolóxicos, clínicos e fisiopatolóxicos, fixo que múltiples sociedades científicas (sociedades españolas de endocrinoloxía, pediatría, obstetricia e xinecoloxía, medicina familiar e comunitaria) e outras institucións, entre elas a OMS e UNICEF, recomendasen a suplementación arriba indicada.
- 9 Dende hai algo máis dun ano, comercialízase un preparado de 200 microgramos de iodo en forma de ioduro potásico, financiábel pola Seguridade Social, segundo autorización do Ministerio de Sanidade e Consumo.