

La carenza iodica



Dott. Alessandro Marugo

Medico chirurgo
Specialista in Endocrinologia e Malattie del Metabolismo

La carenza iodica

La carenza nutrizionale di iodio rappresenta un grave problema sanitario e sociale che interessa un numero elevato di persone in vari paesi del mondo compresa l'Italia.

Lo iodio è fondamentale per un corretto funzionamento della tiroide. La carenza di iodio compromette la funzione tiroidea e si traduce in quadri morbosi, predisponendo a varie malattie dal gozzo all'ipotiroidismo..

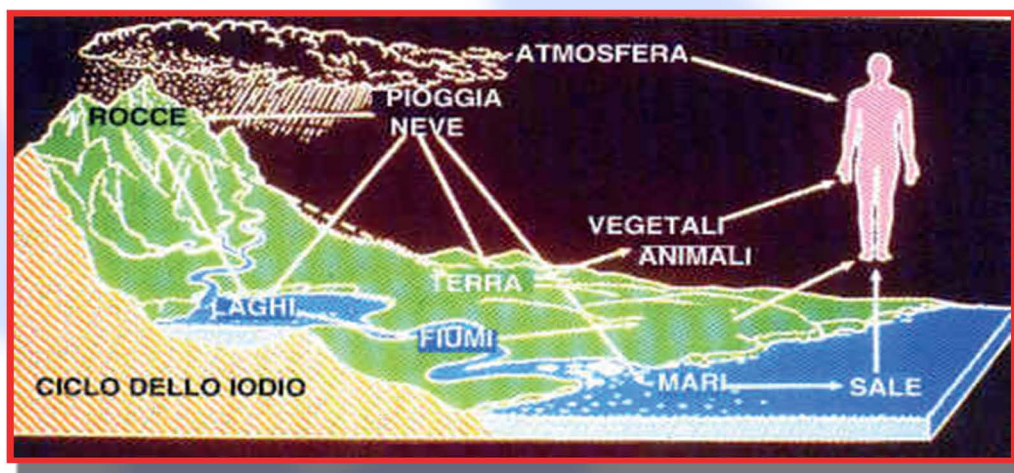
Gli alimenti presentano un contenuto di iodio variabile ma da solinon riescono a soddisfare pienamente la necessità di di iodio del nostro corpo.

Particolare attenzione va posta nel caso di gravidanza, dove il fabbisogno giornaliero di iodio aumenta radicalmente, e le sua carenza può determinare problemi di sviluppo del bambino. La carenza di iodio predispone a malattie tiroidee dove la più frequente è il gozzo semplice o nodulare.

La Liguria è una regione a carenza iodica nonostante la vicinanza al mare .

Questa determina il fatto che le malattie tiroidee cliniche e subcliniche possono colpire fino al 30% della popolazione. E' necessario sottolineare quindi che il deficit iodico rappresenta un tema di salute pubblica, per ogni persona e soprattutto per le donne in età fertile; è molto importante avere un adeguato apporto giornaliero di iodio tramite l'uso del sale iodato o di prodotti lavorati , confezionati con l'aggiunta di sale iodato. E' fondamentale ridurre l'uso di sale ma quel poco che utilizziamo deve essere iodato, utilizzabile da tutti, in qualsiasi fascia di età , bambini compresi e ci aiuta nel mantenimento di un corretto funzionamento tiroideo

Il ciclo dello iodio



Dott. Alessandro Marugo
Medico chirurgo
Specialista in Endocrinologia
e malattie del Metabolismo
Ospedale Galliera (Genova)

Dott. Mario Cappagli
Direttore SSD di Endocrinologia
Ospedale S. Andrea (La Spezia)

