

## Contestación a la carta del Dr. Arena

Sr Director :

La prevalencia del déficit de yodo en nuestro país, es desconocida, pero por datos indirectos, se estima como una de las más altas de Europa<sup>1,2</sup>. Existen actualmente zonas endémicas con prevalencia de bocio del 18,3%<sup>3</sup>. Por sus repercusiones en la morbilidad materno fetal, es actualmente un problema de salud pública.

Sin embargo, la ingesta diaria de yodo no ha sido estimada en nuestro trabajo, por la baja fiabilidad del método empleado, encuesta dietética, para este fin. El contenido en yodo de la leche, verduras, hortalizas varía ampliamente según el suelo de donde proceden. El del pescado, también varía. La ingesta de la principal fuente dietética, que es la sal yodada, es difícil de cuantificar y no existen datos del consumo a nivel nacional. De todos modos queda de manifiesto, según nuestros resultados, el bajo nivel de cumplimiento en general (2% de las gestantes), de las recomendaciones de Ingesta Diaria Recomendada (IDR) de otros nutrientes, esenciales en el embarazo. No hemos insistido en la discusión, en las fuentes alimentarias de yodo, para no inducir error. Con la ingesta habitual de pescado (2 raciones / semana) y de sal marina, no se cubren las necesidades de yodo en el embarazo.

En tanto se generaliza en consumo de sal yodada en nuestro país<sup>4</sup>, y teniendo en cuenta las sugerencias de

las autoridades sanitarias, recogidas por el Dr. Arena, consideramos, como se indica en nuestro trabajo<sup>5</sup> que es conveniente el uso sistemático de suplementos vitamínicos minerales formulados especialmente para el embarazo, y que incluyen yodo en cantidad suficiente para cubrir las IDR.

José Antonio Irlés Rocamora  
Sebastián. Avilés Mejías

### Referencias

1. Morant C, Criado-Álvarez J y García Pina, R: Estimación de la prevalencia de hipotiroidismo en España a partir del consumo de hormonas tiroideas. *Rev Esp Salud Pública* 2001, 75:337-344.
2. Escobar del Rey: Nuevos estudios sobre la deficiencia de yodo en España. *Endocrinología* 1993, 40:205-210.
3. Serna Arnaiz M.C, Serra i Majem L, Gascó Eguiluz E, Muñoz Márquez J, Ribas L y Escobar del Rey F: Situación actual de la endemia de bocio y del consumo de yodo en la población del Pirineo y de la comarca del Segrià de Lleida. *Aten Primaria* 1998, 22(10):642-8.
4. Serra\_Majem L, Lloveras G Vila L y Salleras L: Estrategias para la prevención y control de los trastornos ocasionados por la deficiencia de yodo en Cataluña (1983-1992). *Endocrinol* 1993, 40:273-277.
5. Irlés Rocamora JA, Iglesias Bravo E, Avilés Mejías S, Bernal López E, Benito de Valle Galindo P, Moriones López L, Maestu Aznar A y Mingo Canal D: Valor nutricional de la dieta en embarazadas sanas. Resultados de una encuesta dietética en gestantes. *Nutr Hosp* 2003, 5: 248-252.