





PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS CAUSADOS POR EL DÉFICIT DE YODO

La OMS recomienda la yodación universal de la sal y, en el caso de las mujeres embarazadas y lactantes, las necesidades de yodo sólo pueden ser cubiertas mediante la suplementación con yoduro potásico.

El déficit nutricional de yodo puede causar un amplio espectro de enfermedades que afectan a personas de todas las edades, pero particularmente a las mujeres embarazadas y el desarrollo fetal y neonatal. La mejor fuente dietaria de yodo la constituyen la sal yodada y los pescados y mariscos, si bien la mayoría de los países que consiguieron erradicar la deficiencia nutricional de yodo tuvieron que recurrir a la suplementación continuada de la dieta con yodo mediante la utilización de la sal yodada.

Guía de prevención de los trastornos causados por el déficit de yodo 	>
Necesidad de la suplementación con yodo durante el embarazo y la lactancia 	>
La sal si es yodada, es más saludable 	>
Prevención de la deficiencia de yodo durante el embarazo y la lactancia 	>