



23 - ESTADO NUTRICIONAL DE YODO DEL PAIS VASCO

A. Martín Nieto^{1,2}, I. Benito Castaño¹, I. Urrutia Etxebarria^{1,2,4}, M. Espada Sáenz-Torre⁷, I. Miret Atxikallende^{1,2}, L. Castaño González^{1,2,3} y S. Gaztambide Sáenz^{1,2,3}

¹Instituto de investigación Biocruces. Vizcaya. ²Hospital Universitario Cruces. Bilbao. ³UPV-EHU. ⁴CIBERDEM. ⁵EndoERN. ⁶CIBERER. ⁷Unidad de Química Clínica. Laboratorio Normativo de Salud Pública.

Resumen

Introducción: El yodo es un nutriente esencial para la síntesis de hormonas tiroideas. Los seres humanos necesitamos una ingesta diaria de 90-250 µg diarios. La OMS establece unos criterios para considerar si una población presenta una ingesta adecuada de yodo: mediana de yoduria 100-199 µg/L, niveles < 100 µg/L en < 50% de la población y consumo de sal yodada en > 90% de los hogares.

Objetivos: Establecer el status nutricional de yodo en población adulta del País Vasco en una muestra representativa.

Métodos: Es un estudio observacional aleatorizado sobre la población adulta, con una edad media de 58 ± 14,2 años, que participó en el estudio de incidencia de diabetes del País Vasco en 2017-2018. 409/874 participantes aceptaron recoger una orina aislada para analizar yoduria por cromatografía. Se obtuvieron datos clínicos, sociodemográficos y analíticos. Todos ellos completaron una encuesta de hábitos de vida y alimentación.

Resultados: La yoduria media fue 159 ± 106 µg/L y la mediana 133 µg/L (P25-P75: 90-204 µg/L). Siguiendo los criterios de rango de la OMS, el 40% de la población tiene una ingesta adecuada, el 32% un déficit y el 28% niveles excesivos de yodo. El consumo de sal yodada se asocia a una yoduria más elevada respecto a los que consumen sal marina [175 µg/L (P25-P75: 114-240 µg/L) vs 118 µg/L (P25-P75: 82-180 µg/L) (p < 0,001)]; no obstante, solo el 41% de nuestra población consume sal yodada. Asimismo, los que toman al menos un lácteo al día (87%) tienen una yoduria mayor que los que toman menos de un lácteo diario [141 µg/L (P25-P75: 92,5-207 µg/L) vs 100 µg/L (P25-P75: 62,8-159 µg/L)] (p < 0,001).

Conclusiones: Según nuestro estudio la población del País Vasco presenta una ingesta adecuada de yodo, siendo sus principales fuentes la sal yodada y los lácteos. No obstante, la ingesta de sal yodada se encuentra muy lejos del objetivo por lo que creemos necesarias campañas de salud pública para fomentar el consumo de sal yodada en nuestra población.