

24 settembre 2014

È sos tiroide, poco iodio e gozzo per il 12% degli italiani

I dati emergono dal rapporto OSNAMI

Aumenta, ma è ancora poco lo iodio nell'alimentazione di milioni di italiani. Il 12% della popolazione italiana è, infatti, affetta da gozzo per carenza di **iodio**. Meno del 29% a livello mondiale, ma con molte differenze tra le regioni. Sono i dati che arrivano dall'**Osservatorio Nazionale per il Monitoraggio della Iodoprofilassi in Italia (OSNAMI)**, struttura che esegue la sorveglianza sul programma di iodoprofilassi nazionale, il cui coordinamento è stato affidato all'Istituto Superiore di Sanità.

Iper-tiroidismo, TSH, fT3 e fT4: le FAQ sulla tiroide

Gli effetti negativi della carenza nutrizionale di iodio si possono verificare in tutte le fasi della vita. Lo iodio è un minerale fondamentale per la produzione di **ormoni da parte della tiroide**, i quali svolgono un ruolo determinante nelle fasi dello sviluppo e dell'accrescimento, come nel mantenimento dell'equilibrio metabolico dell'organismo adulto. La carenza mette sotto stress la tiroide che con il **gozzo** aumenta di volume, si ingrossa e può determinare problemi nella deglutizione e altri più importanti per il metabolismo. Cruciale per le donne in gravidanza e durante l'infanzia, due categorie su cui si sono concentrate le analisi.

Nell'ambito del programma di sorveglianza è stata analizzata la concentrazione urinaria di iodio su campioni estemporanei di urine di bambini in età scolare. I dati raccolti negli ultimi tre anni, presentati nell'ambito del "Progetto Italiano contro la carenza di iodio in pediatria", promosso dalla Società Italiana di Endocrinologia e Diabetologia Pediatrica, hanno mostrato che in 6 delle 9 Regioni che hanno partecipato allo studio i **valori mediani di ioduria rilevati sono ancora al di sotto di 100 µg/L** valore indicato dalla World Health Organization (WHO) quale soglia al di sotto della quale la popolazione esaminata viene identificata come iodocarente. In 3 Regioni (Sicilia, Toscana, Liguria) sono stati rilevati valori mediani indicativi di uno stato di iodosufficienza. In 5 Regioni è stato possibile effettuare anche la misura della **ioduria in donne in gravidanza** che non assumevano integratori contenenti iodio. I risultati ottenuti hanno dimostrato una condizione di insufficiente apporto iodico in tutte e 5 le Regioni, confermando **l'importanza dell'integrazione iodica in gravidanza e durante l'allattamento**, al fine di garantire il raggiungimento dell'aumentato fabbisogno iodico in queste fasi della vita.

Quali sono i valori raccomandati?

Secondo i nuovi Livelli di Assunzione Raccomandati di nutrienti (LARN) 2012 **il fabbisogno giornaliero di iodio nell'adulto è di 150 µg**, nel bambino e nell'adolescente è tra i 90 e i 120 µg, mentre il fabbisogno aumenta fino a 220 µg al giorno in gravidanza e fino a 290 µg durante l'allattamento; in questi ultimi due casi una sua eventuale carenza aumenta il rischio di aborto nella donna e i deficit cognitivi nel bambino. In Italia si stima che più del 10% della popolazione si ammali di gozzo, con circa 50 ricoveri ogni 100 mila abitanti e un impatto economico sul Sistema Sanitario Nazionale di oltre 150 milioni di euro all'anno. "Questi dati - dice **Antonella Olivieri** del Dipartimento di Biologia Cellulare e Neuroscienze dell'Istituto Superiore di Sanità e responsabile scientifico dell'OSNAMI - pur evidenziando un miglioramento dell'assunzione di iodio a livello di popolazione rispetto al passato, confermano il persistere in Italia di una carenza iodica che, seppure non severa, determina ancora un'alta frequenza di gozzo e di altri disordini correlati".