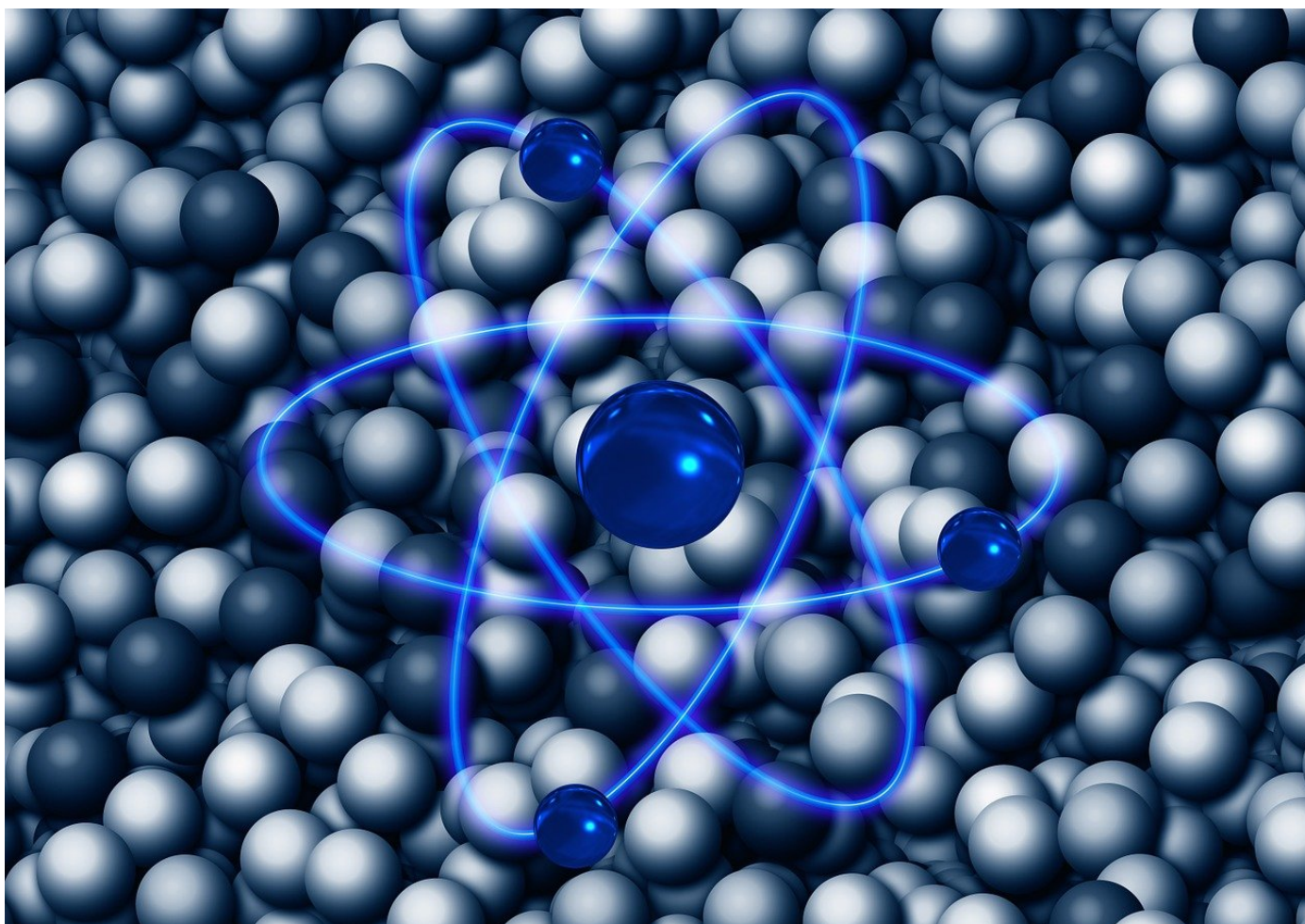


IODIO, QUANDO E PERCHÉ INTEGRARLO



Lo iodio è un micronutriente essenziale per l'organismo umano presente strutturalmente negli ormoni tiroidei T3 e T4.

Questi ormoni regolano i principali processi metabolici delle cellule, svolgendo un ruolo fondamentale nello sviluppo in particolare del sistema nervoso centrale.

Per far sì che la tiroide possa svolgere adeguatamente il proprio compito, è necessaria l'assunzione di 150 microgrammi di iodio al giorno nell'adulto e 250 microgrammi al giorno per donne in gravidanza e allattamento.

Si deve quindi ricorrere ad una implementazione di assunzione di iodio, detta iodoprofilassi, solamente nei casi di carenza o di richiesto maggior apporto da parte dell'organismo. In questi casi infatti la tiroide non è in grado di produrre in modo sufficiente gli ormoni T3 e T4.

Ulteriormente regolata da protocolli redatti dall'Istituto Superiore di Sanità (ISS) in accordo con linee guida dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS), è la iodoprofilassi che si rende necessaria a seguito di inalazione o ingestione di iodio radioattivo sprigionatosi nell'ambiente a causa di emergenze o incidenti che vedono interessati impianti di produzione di energia nucleare.

La ghiandola tiroidea infatti utilizza lo iodio per produrre ormoni tiroidei e non distingue tra iodio radioattivo e iodio stabile, contaminando così l'intero organismo.

Somministrando iodio stabile in anticipo o nei primissimi momenti successivi ad un'esposizione a fonti radioattive, avviene invece la saturazione della tiroide impedendo così l'assorbimento dello iodio radioattivo.

Nel complesso, la somministrazione orale di iodio stabile sotto stretto controllo posologico medico e a seguito di precise comunicazione da parte delle autorità sanitarie (insieme al controllo degli alimenti e dell'acqua potabile) è considerata la strategia più appropriata per ridurre il rischio di effetti negativi sulla salute delle persone esposte a un rilascio accidentale di iodio radioattivo ed è inclusa in molti paesi nei piani di emergenza.

L'OMS, come detto, ha stilato rigide linee guida di orientamento tecnico (Iodine thyroid blocking – Guidelines for use in planning for and responding to radiological and nuclear emergencies) che hanno l'obiettivo di sostenere la preparazione degli Stati membri su argomenti di sanità pubblica alle emergenze radioattive.

Fonti:

- Iss.it;
- WHO Guidance on Research Methods for Health Emergency and Disaster Risk Management