

iodo QUELADO 1%

Introdução

O iodo é um micronutriente essencial para o homem, no organismo tem a função de participar da síntese dos hormônios produzidos pela tireóide, glândula que se localiza na base frontal do pescoço. Estes hormônios, a triiodotironina (T4) e a tiroxina (T3), têm dois importantes papéis: atuam no crescimento físico e neurológico e na manutenção do fluxo normal de energia, principalmente na manutenção do calor do corpo. São muito importantes para o funcionamento de vários órgãos como o coração, fígado, rins, ovários. O iodo é um mineral muito importante para o organismo humano porque:

- Promove o crescimento e o desenvolvimento normal do organismo;
- Promove o crescimento e o desenvolvimento normal do cérebro;
- Contribui para a saúde, mantendo em equilíbrio as funções do organismo;
- Melhora a resistência às infecções;
- Melhora a capacidade física e mental e, conseqüentemente, a aprendizagem e produção no trabalho.
- Age diminuindo o muco no trato respiratório;
- É excelente anti-séptico;
- Previne problemas da tireóide (bócio).

Enfermidades relacionadas a deficiência de iodo

A deficiência de iodo pode causar cretinismo em crianças (retardo mental grave e irreversível), surdo-mudez, anomalias congênitas, bócio (crescimento da glândula tireóide), hipotireoidismo que causa fadiga crônica, apatia, pele seca, intolerância ao frio e aumento de peso. Além disso, a má nutrição de iodo está relacionada com altas taxas de natimortos e nascimento de crianças com baixo peso, problemas no período gestacional, e aumento do risco de abortos e mortalidade materna.

Fontes naturais

Os principais alimentos ricos em iodo são os de origem marinha como ostras, moluscos, mariscos e peixes de água salgada.

Efeitos colaterais

Pode agravar ou causar acne e em grandes doses interferir na atividade hormonal.

Funções metabólicas e bioquímicas

Alivia a dor da displasia mamária, protege contra efeitos tóxicos de materiais radioativos.

Quelato de Iodo

O iodo quelatado é melhor absorvido pelo organismo, já que estando introduzido na molécula de glicina sua absorção passa a ser por transporte ativo secundário ou cotransporte. Neste tipo de transporte o mineral que está introduzido na molécula de glicina entrará para dentro da célula por carreadores de proteínas, sendo totalmente absorvido juntamente com os aminoácidos.

Dosagem - IDR- A ingestão diária recomendada para o mineral iodo (puro) para um adulto é de 130 mcg/dia.

Referência: Literatura técnica do fabricante

