

## PREGUNTAS FRECUENTES

### ¿Qué es la glándula tiroides?

La tiroides es una glándula pequeña con forma de mariposa ubicada en la base de la parte frontal del cuello por debajo de la nuez de Adán. Produce y libera hormonas a la sangre que cumplen determinadas funciones como ayudar al cuerpo a usar la energía, mantener la temperatura corporal y colaborar en el trabajo correcto del cerebro, el corazón y los músculos, entre otras.

### ¿Qué es el hipotiroidismo?

El hipotiroidismo significa que la glándula tiroides (GT) no produce la suficiente cantidad de hormonas tiroideas (HT) para mantener normalmente las funciones vitales. Es una enfermedad muy frecuente, según La Encuesta Nacional de Examen de Salud y Nutrición (NHANES 1999-2002) de 4392 personas que reflejan la población de EE. UU. informó una prevalencia de hipotiroidismo en el 3.7% de la población. La prevalencia del hipotiroidismo aumenta con la edad.

Una de las causas más comunes es la Tiroiditis de Hashimoto (TH) que se trata de una enfermedad autoinmune. Es más frecuente en mujeres entre la 3° y 6° década de la vida, aunque puede ser detectada a cualquier edad, y también puede presentarse en hombres. Se trata de una afección causada por una reacción del sistema inmunitario contra la glándula tiroides. La presencia de anticuerpos antitiroideos en suero que causan en el tejido tiroideo una inflamación, destrucción y cicatrización del tejido de la glándula pueden manifestar diferentes grados de alteración de su función y producir lo que llamamos hipotiroidismo (baja función tiroidea).

Otras causas de hipotiroidismo son la extirpación de la glándula tiroides, en algunos casos total o parcial ante la presencia de nódulos benignos de gran tamaño, cáncer de tiroides o luego del tratamiento con yodo radioactivo en el hipertiroidismo.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Cuando los niveles de hormonas están muy bajos, las células de nuestro organismo no tienen suficientes hormonas para realizar sus funciones de manera correcta. Por eso, el paciente puede notar frío, constipación, variación en el peso corporal, cansancio más frecuentemente, piel seca, caída de cabello, puede estar más olvidadizo y con poca voluntad de hacer sus actividades habituales.

Como los síntomas son variables en cada persona, y a veces inespecíficos, la única manera de detectar la enfermedad es haciendo una simple extracción para medir TSH.

El control habitual de su tratamiento puede hacerlo anualmente con su médico, en caso de las mujeres embarazadas se hará más frecuentemente durante en control del embarazo. La dosis de levotiroxina podría cambiar con el tiempo y por lo general el tratamiento del hipotiroidismo es para toda la vida, aunque hay excepciones como las infecciones pasajeras de causa viral, como la *tiroiditis* o la *tiroiditis post parto*.

### **¿La enfermedad tiroidea causa variación de peso?**

La respuesta simple y corta es: sí y no. La relación entre el peso y su tiroides es compleja.

Si bien es cierto que la tiroides hiperactiva (hipertiroidismo) está asociada con la pérdida de peso y una tiroides poco activa (hipotiroidismo) está asociada con el aumento de peso, es demasiado fácil culpar a su tiroides por el aumento de kilos.

Si ha ganado peso no deseado, es probable que el problema sea más extenso y no sea la tiroides la única culpable. Las personas que padecen hipotiroidismo generalmente aumentan aproximadamente 4.5 kg de peso debido a probable retención de líquidos, y esto desaparece cuando se corrige tomando la medicación.

En pocas palabras: si ha estado preocupado por bajar de peso, podría ser importante evaluar la función de la tiroides. Sin embargo, si sus hormonas están normales, no debería usted recibir HT que, por otro lado, no le ayudará a perder peso. Pero, más allá de eso, puede poner su salud en riesgo significativo. Tomar medicamentos para la tiroides cuando no los necesita es algo muy peligroso. Es muy malo para el corazón y los huesos, podría tener palpitaciones, arritmias y causar osteoporosis. Hay muchos conceptos erróneos sobre la tiroides, pero es entendible. Es importante que la gente entienda que no se pueden usar medicamentos para la tiroides para perder peso o ganar más energía.

### **¿Debo mantener a otra gente informada?**

Sí, es importante que sus familiares estén informados ya que, debido a que la enfermedad tiroidea es prevalente entre el grupo familiar, ellos podrían realizar un chequeo de la función tiroidea periódicamente.

### **¿Cómo se diagnostica?**

La buena noticia es que es fácil de detectar. El correcto diagnóstico del hipotiroidismo depende del interrogatorio del paciente en cuanto a los síntomas o cambios que haya notado en su estado de salud. El examen físico mostrará si hay aumento de tamaño de la GT, baja frecuencia cardíaca, edemas, piel seca, entre otros.

Existen pruebas precisas para evaluar la función tiroidea. En la mayoría de los casos, el médico solo realizará la medición de la hormona TSH que es la prueba más sensible de la función tiroidea. A menos que la TSH sea anormal, generalmente no es necesario continuar con la medición de otra hormona. Los anticuerpos antitiroideos (ATPO-ATG) deben medirse ya que brindan información muy importante.

En casos que sea necesario, puede completarse la evaluación con una ecografía de tiroides, que nos dará la información de la presencia de nódulos, o de la inflamación crónica que presenta la TH. Sin embargo, no es necesaria para hacer el diagnóstico de hipotiroidismo.

Una pregunta frecuente de los pacientes antes de iniciar el tratamiento es si la medicación tiene efectos adversos o le puede causar alguna complicación. Lo importante es explicar a los pacientes que puede ocurrir algún problema si la dosis es insuficiente, porque seguirá manifestando los síntomas del hipotiroidismo o, en caso que sea excesiva la dosis de levotiroxina, puede notar: palpitaciones o aceleramiento del corazón, nerviosismo, temblor, dificultad para dormir, síntomas que se manifiestan en el hipertiroidismo. En ambos casos deberá consultar al especialista para realizar los exámenes de sangre correspondientes para corrección de la dosis de levotiroxina.

### **¿Cuáles son los síntomas del hipertiroidismo?**

El hipertiroidismo se refiere a cualquier condición en la que se producen y liberan a la sangre demasiadas hormonas tiroideas. Los síntomas pueden incluir pérdida de peso, nerviosismo, irritabilidad, aumento de la transpiración, corazón acelerado, temblores en las manos, ansiedad, dificultad para dormir, aumento de las deposiciones, cabello fino y quebradizo, y debilidad muscular, especialmente en la parte superior de los brazos y los muslos. Además, los pacientes pueden notar aumento del tamaño del cuello que está relacionado al aumento del tamaño de la glándula tiroides (bocio).

Muchos pacientes se refieren a este cuadro como “la enfermedad que adelgaza”, contrario a lo que dicen cuando se refieren al hipotiroidismo como ya mencionamos anteriormente. Es interesante saber que, cuando

un paciente presenta este cuadro, tiene más hambre, pero como todo su metabolismo está aumentado, el resultado final es la pérdida de peso o adelgazamiento.

Cuando los especialistas conversamos con los pacientes los posibles tratamientos, explicamos que la ganancia de peso no debería superar lo que perdió por estar enfermo, muchas mujeres manifiestan preocupación por la ganancia excesiva, que no debería ocurrir.

### **¿Qué causa el hipertiroidismo?**

La causa más común es la enfermedad de Graves, una enfermedad autoinmune que conduce a una hiperactividad generalizada de toda la glándula tiroides. Los anticuerpos presentes en la sangre estimulan la formación y liberación de hormonas tiroideas en exceso y, además, entre otros factores causan la inflamación de los músculos que rodean los ojos sobresalientes de uno o ambos ojos, con hinchazón de los párpados, ojos rojos, lagrimeo, sequedad y visión borrosa con mayor sensibilidad a la luz.

### **¿Cuáles son los factores de riesgo?**

Los antecedentes familiares de otras enfermedades autoinmunes (y en particular de la enfermedad de Graves), el sexo femenino y los antecedentes personales de determinadas enfermedades crónicas como diabetes tipo 1, anemia perniciosa e insuficiencia suprarrenal primaria.

### **¿Cómo se hace el diagnóstico?**

Además del examen físico correcto y el interrogatorio que su médico le hará, se medirán las hormonas tiroideas en sangre junto con los anticuerpos específicos. Si experimenta una pérdida de peso inexplicable, latidos cardíacos rápidos, sudoración inusual, hinchazón en la base del cuello u otros signos y síntomas asociados con el hipertiroidismo, es importante describir completamente los cambios que ha observado, porque muchos signos y síntomas de hipertiroidismo pueden estar asociados con otras afecciones.

Puede completarse la evaluación con una ecografía de tiroides, y si es necesario puede realizarse un centellograma con captación de yodo. Este estudio consta en medir la cantidad de yodo radioactivo que su tiroides capta (por medio de cámara gamma) luego de la toma de una cantidad mínima de yodo. La tiroides captará el yodo y se verá brillante y con gran captación de yodo, esto significa que su función está aumentada.

Como todas las enfermedades autoinmunes, el stress o alguna causa emocional grave pueden desencadenar o predisponer a la aparición del hipertiroidismo por enfermedad de Graves.

Otra causa es la presencia de uno o más nódulos o bultos hiperactivos en la tiroides. Los síntomas de hipertiroidismo pueden ocurrir temporalmente por inflamación de la glándula tiroides (llamada tiroiditis) o por tomar demasiada hormona tiroidea en forma de comprimidos como se explicó anteriormente.

Otra causa llamada “tirotoxicosis facticia”, se refiere a la toma de preparados farmacológicos magistrales que se toman para lograr descenso de peso. Estos generalmente tienen hormona tiroidea, diuréticos, anfetaminas que son perjudiciales para la salud, y que no lograrán más que la pérdida de peso temporaria, a expensas de pérdida de agua corporal, nerviosismo, insomnio y aceleración del corazón.

### **¿Qué complicaciones pueden aparecer?**

Algunas de las complicaciones más graves del hipertiroidismo afectan al corazón. Estos incluyen una frecuencia cardíaca rápida, un trastorno del ritmo cardíaco llamado fibrilación auricular que aumenta su riesgo de accidente cerebrovascular e insuficiencia cardíaca congestiva, una afección en la que su corazón no puede hacer circular suficiente sangre para satisfacer las necesidades de su cuerpo. El hipertiroidismo no tratado también puede provocar huesos débiles y quebradizos (osteoporosis).

La “crisis tirotóxica” es una complicación no tan frecuente, que requiere de atención médica inmediata. Se trata de una intensificación repentina de sus síntomas que lleva a fiebre, pulso acelerado e incluso delirio.

### **¿Cuál es el tratamiento?**

Existen varios tratamientos para el hipertiroidismo, su médico le explicará cual es la mejor opción dependiendo de su edad, su condición física, la causa subyacente del hipertiroidismo, las preferencias personales y la gravedad de su trastorno.

Los posibles tratamientos incluyen:

- Yodo radiactivo. Tomado por vía oral, el yodo radiactivo es absorbido por la glándula tiroides, donde hace que la glándula se encoja y deje de trabajar. Los síntomas generalmente desaparecen en varios meses. Este tratamiento puede hacer que la actividad de la tiroides se desacelere lo suficiente como para considerarla hipoactiva (hipotiroidismo) y, eventualmente, es

posible que deba tomar levotiroxina todos los días para reemplazar las hormonas tiroideas.

- Los medicamentos antitiroideos, son otra opción de tratamiento y reducen gradualmente los síntomas del hipertiroidismo al evitar que la glándula tiroides produzca cantidades excesivas de hormonas. En Argentina solo está disponible el metimazol. Los síntomas generalmente comienzan a mejorar en varias semanas o meses, pero el tratamiento debe continuar por tiempo más prolongado y podría ser hasta 18 meses o más en casos especiales.
- Muchos pacientes requieren tratamiento en su primera etapa con bloqueadores beta para aliviar los síntomas del hipertiroidismo, como temblores, frecuencia cardíaca rápida y palpitaciones.
- Por último, la cirugía donde se extirpa casi toda la glándula tiroides (tiroidectomía) es otra opción de tratamiento de esta enfermedad. Se tiene en cuenta en casos especiales como embarazo, contraindicación o falta de tolerancia a los medicamentos antitiroideos o aquellos pacientes que no quieren o no pueden recibir terapia con yodo radiactivo. En estos casos también necesitará tratamiento de por vida con levotiroxina para suministrar a su cuerpo cantidades normales de hormona tiroidea.