



Hipotiroidismo

¿Que es el hipotiroidismo?

El hipotiroidismo es una glándula tiroides poco activa. El hipotiroidismo significa que la glándula tiroides no puede producir suficiente hormona tiroidea para mantener el cuerpo funcionando normalmente. Una persona es hipotiroidea si tiene muy poca hormona tiroidea en la sangre. Las causas más comunes son la enfermedad autoinmune, la extirpación quirúrgica de la glándula tiroides, y el tratamiento con radiación.

¿Cuáles son los síntomas del hipotiroidismo?

Cuando los niveles de hormona tiroidea son demasiado bajos, las células del cuerpo no pueden obtener suficiente hormona tiroidea y los procesos del cuerpo comienzan a disminuir. A medida que el cuerpo se enlentece, puede notar que se siente más frío, se cansa más fácilmente, su piel es cada vez más seca, comienza el estreñimiento e incluso puede llegar a tener olvidos frecuentes y sensación de estar deprimido. Debido a que los síntomas son tan variables, la única manera de saber con seguridad si usted tiene hipotiroidismo es con un simple análisis de sangre para la TSH.

¿Qué causa el hipotiroidismo?

Puede haber muchas razones por las que las células de la glándula tiroides no pueden producir suficiente hormona tiroidea. Aquí están las principales causas:

Enfermedad autoinmune: En los cuerpos de algunas personas, el sistema inmune que protege al cuerpo de las infecciones invasoras puede confundir las células de la glándula tiroides y sus enzimas como invasores y puede atacarlos. Entonces no hay suficientes células tiroideas y dejan de producir suficiente hormona tiroidea. Esto es más común en mujeres que en hombres. Las formas más comunes son la tiroiditis de Hashimoto y la tiroiditis atrófica.

La extirpación quirúrgica de parte o la totalidad de la glándula tiroides: Algunas personas con nódulos tiroideos, cáncer de tiroides, o enfermedad de Graves necesita tener parte o la totalidad de su tiroides eliminado. Si se elimina toda la tiroides, la gente definitivamente desarrollará hipotiroidismo. Si una parte de la glándula se deja, puede ser capaz de producir suficiente hormona tiroidea para mantener los niveles sanguíneos normales.

El tratamiento con radiación: Algunas personas con la enfermedad de Graves, bocio nodular o cáncer de tiroides son tratados con yodo radioactivo con el propósito de destruir la glándula tiroides. Los pacientes con linfoma y cáncer de la cabeza o cuello son tratados con radiación. Todos estos pacientes pueden perder parte o la totalidad de su función de la tiroides.

El hipotiroidismo congénito: (un bebé que nace con hipotiroidismo). Algunos bebés nacen sin la tiroides o con sólo una parte formada. Unos pocos tienen parte o la totalidad de su tiroides en el lugar equivocado (tiroides ectópico). En algunos bebés, las células tiroideas o sus enzimas no funcionan bien.

Tiroiditis: La tiroiditis es una inflamación de la glándula tiroides, por lo general causada por un ataque autoinmune o por una infección viral. La tiroiditis puede hacer que la tiroides vierta todo su contenido de hormona tiroidea en la sangre almacenada a la vez, haciendo un breve hipertiroidismo (exceso de actividad tiroidea); a continuación, se convierte en una tiroides poco activa.

Medicamentos: Los medicamentos como la amiodarona, litio, interferón alfa y la interleucina - 2 pueden impedir que la glándula tiroides produzca la hormona normalmente. Estos medicamentos son más propensos a desencadenar hipotiroidismo en pacientes que tienen una tendencia genética a la enfermedad de tiroides autoinmune.

Demasiado o muy poco yodo: La glándula tiroides debe tener el yodo para producir hormona tiroidea. El yodo entra en el cuerpo en los alimentos y viaja a través de la sangre a la tiroides. Mantener la producción de la hormona tiroidea en equilibrio requiere la cantidad adecuada de yodo. Teniendo un exceso de yodo puede causar o empeorar el hipotiroidismo.

El daño a la glándula hipófisis (pituitaria): La hipófisis, conocida como la " glándula maestra ", le dice a la tiroides cuánta hormona debe producir. Cuando la hipófisis se daña por un tumor, radiación o cirugía, puede que ya no sea capaz de dar las instrucciones a la tiroides y la glándula tiroides puede dejar de producir suficiente hormona.

¿Cómo es diagnosticado el hipotiroidismo?

El correcto diagnóstico de **hipotiroidismo depende de lo siguiente:**

Síntomas: El hipotiroidismo no tiene ningún síntoma característico. No hay síntomas que las personas con hipotiroidismo siempre tienen y muchos de los síntomas del hipotiroidismo pueden ocurrir en personas con otras enfermedades.

Historia familiar: Usted debe informar a su médico:

- ✓ Sobre los cambios en su salud que apuntan a que su cuerpo se está desacelerando;
- ✓ Si alguna vez ha tenido una cirugía de tiroides;
- ✓ Si alguna vez ha tenido radiación al cuello para tratar el cáncer;
- ✓ Si usted está tomando cualquiera de los medicamentos que pueden causar hipotiroidismo: amiodarona, litio, interferón alfa, interleucina-2.
- ✓ Si alguno de los miembros de su familia tiene enfermedad de la tiroides.

Examen físico. El médico comprobará su glándula tiroides y buscar cambios tales como sequedad de la piel, inflamación, reflejos más lentos, y una frecuencia cardíaca más lenta.

Análisis de sangre: Hay dos análisis de sangre que se utilizan en el diagnóstico de hipotiroidismo: la prueba de TSH (hormona estimulante de la tiroides). Esta es la prueba más importante y sensible para el hipotiroidismo. Una TSH anormalmente alta significa hipotiroidismo: se pide a la glándula tiroides para producir más T4 porque no hay suficiente T4 en la sangre; y la prueba de T4 (tiroxina) libre.

¿Cuál es el tratamiento?

En casi todos los pacientes, el hipotiroidismo puede ser completamente controlado. El tratamiento consiste en la sustitución de la cantidad de hormona tiroidea que la propia tiroides ya no puede producir, para llevar la T4 y la TSH a los niveles normales; así puede restaurar los niveles de la hormona tiroidea y la función del cuerpo. Las pastillas de tiroxina sintéticos contienen la hormona T4 exactamente igual al que la glándula tiroides produce.

No existe cura para el hipotiroidismo, y la mayoría de los pacientes lo tendrá de por vida. Hay excepciones: muchos pacientes con tiroiditis viral tienen su retorno de la función tiroidea a la normalidad, al igual que algunos pacientes con tiroiditis después del embarazo.

El hipotiroidismo puede ser más o menos grave, y la dosis de tiroxina puede cambiar con el tiempo. Usted tiene que hacer un compromiso de por vida con el tratamiento. Pero si usted toma sus pastillas todos los días y trabaja con su médico, usted mantendrá su hipotiroidismo totalmente controlado a lo largo de su vida.

Los peligros de tiroxina son causados si se toma poco o demasiado medicamento. Si se toma demasiado poco, el hipotiroidismo continuará. Si se toman en exceso, desarrollará los síntomas de hipertiroidismo. Los síntomas más comunes del exceso de hormona tiroidea son la fatiga, insomnio, mayor apetito, nerviosismo, temblores, sensación de calor y debilidad muscular. Los pacientes que tienen síntomas de hipertiroidismo en cualquier momento durante la terapia de reemplazo de tiroxina deberán hacerse una prueba de TSH y consultar con su médico.

El objetivo del tratamiento es conseguir y mantener la TSH en el rango normal. Es posible que necesite pruebas más a menudo si está embarazada o si está tomando un medicamento que interfiere con la capacidad del cuerpo para utilizar la tiroxina.

Debido a que la enfermedad de la tiroides se da en familias, usted debe explicar su hipotiroidismo a sus parientes y animarles a hacerse evaluaciones médicas regulares.

Dra. Mónica De Canha
Residente Endocrinología
Hospital J. M. Vargas