

Salud de la Tiroides



La tiroides es una glándula en forma de mariposa ubicada en el cuello, justo arriba de la clavícula. Esta es una de las glándulas endocrinas que producen hormonas. Esta hormona coordina el ritmo de muchas actividades del cuerpo. Además, controla la velocidad con la que se queman las calorías y cuán rápido late el corazón. Además, influye en las actividades que componen el metabolismo del cuerpo.

Enfermedades de la Tiroides

Bocio: Agrandamiento de la tiroides.

Hipertiroidismo: Cuando la glándula tiroides produce más hormona tiroidea de lo que el cuerpo necesita.

Hipotiroidismo: Cuando la glándula tiroides no produce suficiente hormona tiroidea.

Nódulos: Bultos en la tiroides.

Tiroiditis: Hinchazón en la tiroides.

Cáncer de tiroides: Cuando se forman células malignas (cancerosas) en los tejidos de la glándula tiroidea.

Síntomas:

Hipotiroidismo:

- Cansancio
- Depresión
- Dolor muscular y articular
- Intolerancia al frío
- Ritmo cardíaco más lento
- Estreñimiento
- Aumento de peso

Hipertiroidismo:

- Fatiga
- Nerviosismo
- Irritabilidad
- Dificultad para dormir
- Debilidad muscular
- Intolerancia al calor
- Aumento de la sudoración
- Latidos cardíacos rápidos e irregulares
- Pérdida de peso

Riesgo en la mujer:

Las mujeres son más propensas a padecer de enfermedades de la tiroides en comparación con los hombres. Esto se debe a que los trastornos autoinmunes son más frecuentes en la mujer, lo cual puede provocar complicaciones, como:

Problemas con el periodo menstrual.

Dificultad para quedar embarazada.

Problemas durante el embarazo.

¿Cómo se diagnostican las enfermedades de la tiroides?

El médico puede comenzar preguntándole sobre sus antecedentes médicos y su historial familiar. También, puede realizar un examen físico en el cuello. De igual forma, puede indicar otras pruebas, tales como:

- **Análisis de sangre (TSH):** Analiza el nivel de la hormona estimulante de la tiroides.
- **Prueba de captación de yodo radioactivo:** Los niveles elevados de yodo radioactivo indican que la tiroides produce demasiada hormona tiroidea. Si los niveles son bajos, la tiroides no produce suficientes hormonas tiroideas.
- **Gammagrafía de la tiroides:** Esta prueba muestra la captación de yodo radioactivo en la tiroides y deja ver tres tipos de nódulos denominados como fríos, tibios y calientes.
- **Ultrasonido de la tiroides.** Esta prueba puede determinar la clasificación del tipo de nódulo y tamaño.

Alimentación:

Las personas que toman medicamento de hormona tiroidea para tratar su condición deben evitar ingerir al mismo tiempo los siguientes alimentos.

- Nueces
- Harina de soja
- Harina de semilla de algodón
- Suplementos de hierro o multivitaminas que contienen hierro.
- Suplementos de calcio.
- Antiácidos que contienen aluminio, magnesio o calcio.
- Medicamentos para las úlceras.
- Algunos medicamentos para reducir el colesterol, como los que contienen colestiramina y colestipol.



Aspecto Social y Emocional

Para obtener consejos, herramientas y recursos sobre cómo usted y su familia pueden hacer frente a las preocupaciones emocionales y físicas que surgen durante el tratamiento médico, visite a su médico primario o comuníquese con las siguientes líneas telefónicas:

Línea de Consejería Médica 1-844-347-7801

TTY/ TDD 1-844-347-7804

APS Health 787-641-9133

Referencias:

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hypothyroidism/symptoms-causes/syc-20350284>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/hyperthyroidism/symptoms-causes/syc-20373659>

<https://es-share.upmc.com/2023/03/problema-de-tiroides-en-mujeres/>

<https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/thyroid-cancer/symptoms-causes/syc-20354161>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.
Revisado en diciembre de 2024.

© First Medical Health Plan, Inc.