

Salud de la Tiroides



Unidad de Prevención y Educación en Salud
Preparado por Educadores en Salud Licenciados

Objetivos

Identificar al menos 3 enfermedades tiroideas.

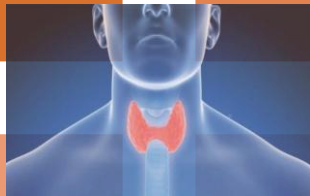
Describir al menos una causa y un síntoma de las enfermedades tiroideas.

Conocer algunas medidas de prevención.

¿Qué es la tiroides?

Es una glándula en forma de mariposa, que se encuentra al frente del cuello.

Se encarga de producir hormonas que controlan la manera en que el cuerpo utiliza la energía.



Las hormonas afectan la mayoría de los órganos del cuerpo y las funciones más importantes.

Por ejemplo: estado de ánimo, respiración, ritmo cardíaco, etc.

An anatomical illustration of the human neck and chest area. The thyroid gland is highlighted in a bright red color, showing its characteristic butterfly shape. The surrounding structures, including the trachea, larynx, and lungs, are shown in a light gray, semi-transparent style. The background is white.

Enfermedades de la tiroides

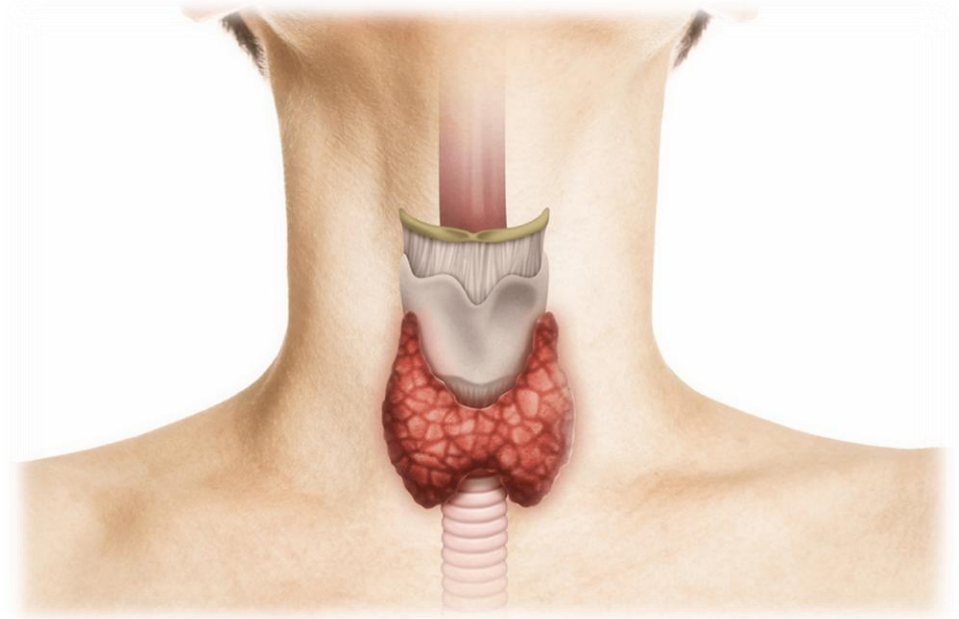
Estas causan que se desarrollen demasiadas o muy pocas hormonas.

Enfermedades de la tiroides




Hipertiroidismo

- También llamada tiroides hiperactiva.
- Es cuando se producen más hormonas tiroideas de las que el cuerpo necesita.



¿Qué causa el hipertiroidismo?



Enfermedad de Graves: es la causa más común. Trastorno autoinmune en donde el sistema inmunitario ataca la tiroides y causa que produzca mucha hormona.

Nódulos tiroideos: crecimientos en la tiroides. Acostumbran ser benignos, pero pueden convertirse hiperactivos y desarrollar hormona tiroidea.

Demasiado yodo: ingerir demasiado puede causar que la tiroides produzca demasiada hormona. Este se encuentra en algunos medicamentos, etc.

Demasiada medicina para la tiroides: puede desarrollarse si la persona toma mucho medicamento para el hipotiroidismo.

Tiroiditis: inflamación de la tiroides. Causa que la hormona tiroidea almacenada se filtre fuera de la glándula tiroidea.

¿Quién tiene mayor riesgo?

Mujer

Mayor de 60 años

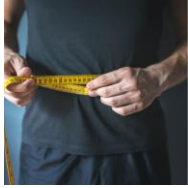
Diabetes tipo 1

Antecedentes
familiares

Embarazo

Anemia perniciosa

Síntomas:



Pérdida de peso

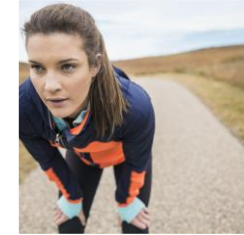


Latidos cardíacos
irregulares o rápidos

Cambios de humor



Fatiga y debilidad
muscular



Nerviosismo o irritabilidad



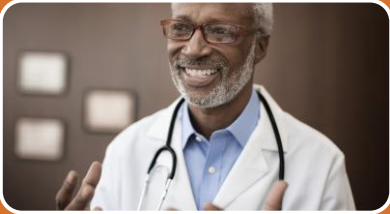
Problemas para dormir



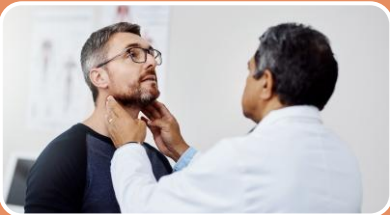
Diarrea



Diagnóstico



Historial clínico: su médico le preguntará sobre sus síntomas y cuáles medicamentos está tomando.



Examen físico



Realizarán exámenes de TSH, T3, T4 y análisis de sangre de anticuerpos tiroideos.

Pruebas de imagen: ecografía, examen de tiroides, etc.

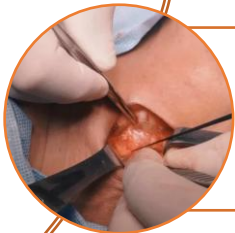
Tratamiento



Medicamentos



Terapia con yodo radioactivo



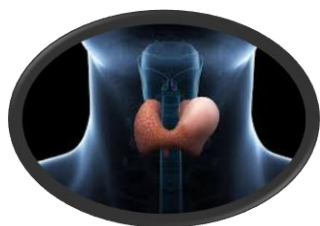
Cirugía

Hipotiroidismo

- También llamada tiroides hipoactiva.
- Es cuando la glándula tiroides no produce suficiente hormona tiroidea para cumplir con las necesidades del cuerpo.



¿Qué causa el hipotiroidismo?



Enfermedad de Hashimoto: es la causa más común. Trastorno autoinmune en donde el sistema inmunitario ataca la tiroides.

Hipotiroidismo congénito: hipotiroidismo presente al nacer.

Extracción quirúrgica de una parte o total de la tiroides.

Tratamiento de radiación de la tiroides.

Ciertos medicamentos.

Tiroiditis: inflamación de la tiroides.

¿Quién tiene mayor riesgo?

Mujer

Mayor de 60 años

Diabetes tipo 1, artritis reumatoide y/o lupus

Antecedentes familiares

Embarazo

Síndrome de Turner

Síntomas:

Podrían desarrollarse lentamente, algunas veces en varios meses o años.



Fatiga

Sensibilidad al frío

Estreñimiento

Piel seca

Cabello seco y delgado

Dolor articular o muscular

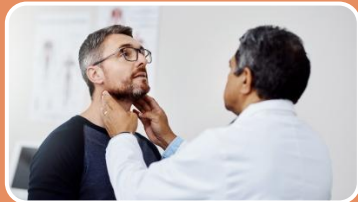
Periodos menstruales abundantes o irregulares

Depresión

Diagnóstico



Historial clínico: su médico le preguntará sobre sus síntomas y cuáles medicamentos está tomando.



Examen físico



Realizarán exámenes de TSH, T3, T4 y análisis de sangre de anticuerpos tiroideos.

Pruebas de imagen: ecografía, examen de tiroides, etc.

Tratamiento

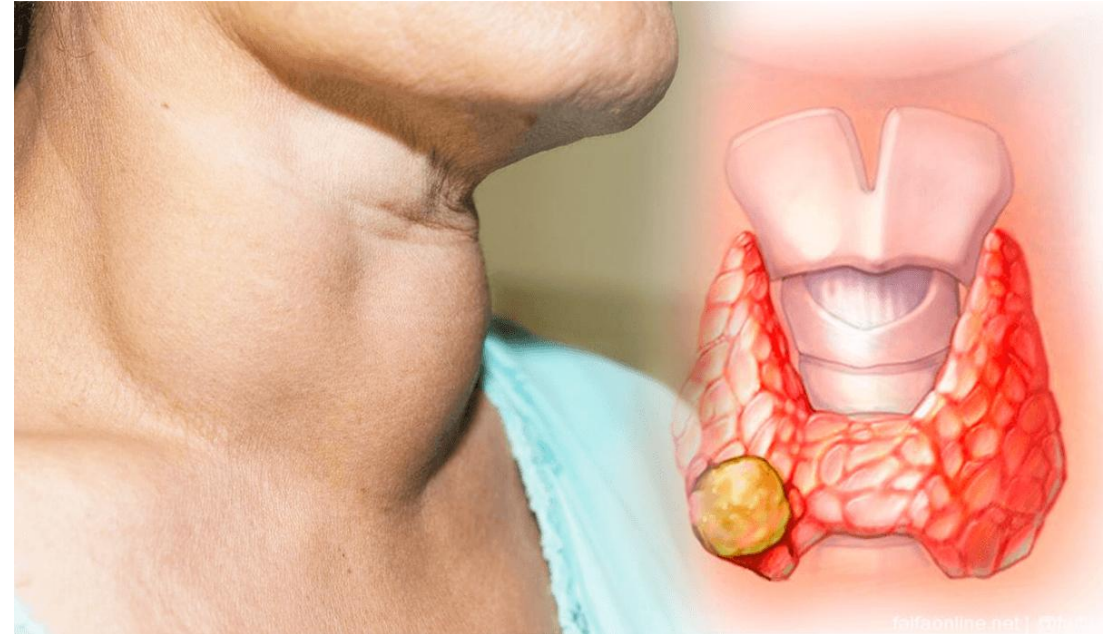


- Se trata con medicamento, con el objetivo de reemplazar la hormona que la tiroides no puede producir.
- Una vez que encuentre la dosis correcta, es probable que en 6 meses se someta a otro análisis de sangre.
- Luego, necesitará la prueba una vez al año.

Cáncer de tiroides

Este comienza en los tejidos de la tiroides.
Existen tres tipos; estos son:

1. Cáncer de tiroides medular
2. Cáncer diferenciado de tiroides
3. Cáncer de tiroides anaplásico



¿Quién tiene más probabilidad de desarrollar cáncer de tiroides?

Mujer

Entre 25 y 65 años

Exposición a ciertos tipos de radiación

Antecedentes familiares

Bocio (tiroides agrandada)

Etnia de origen asiático

Síntomas

Al principio, es posible que no cause síntomas. Sin embargo, luego puede experimentar los siguientes:



Problemas para respirar

Dolor al tragar

Bulto en el
cuello

Ronquera

Problemas
para tragar

Y otros
cambios
en la voz

Diagnóstico



Historial clínico.



Examen físico: revisarán el cuello en busca de inflamación, bultos, etc.



Realizarán pruebas de tiroides, pruebas de sangre o de imágenes.



Biopsia

Tratamiento



Radioterapia



Quimioterapia



Cirugía



Terapia con hormonas tiroideas o dirigida

Bocio

Es un agrandamiento de la glándula tiroides y no es tumor ni cáncer.

Causas

- La deficiencia de yodo es la causa más común.

Síntomas

- El síntoma principal es el agrandamiento de la glándula tiroides.



¿Quién tiene mayor riesgo?

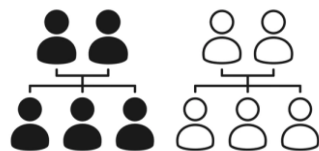
Los bocios simples son más comunes en:



Mujeres

Cualquier
persona de
más de 40
años de
edad

Antecedentes
familiares de
bocio



Diagnóstico

El médico palpará el cuello mientras usted traga y sentirá una hinchazón en el área.



Le pedirá que levante los brazos sobre la cabeza.



Los exámenes para buscar áreas anormales y posiblemente cancerosas en la glándula tiroides abarcan la gammagrafía y ecografía de la tiroides.



Le pueden hacer exámenes de sangre para medir la actividad tiroidea.



Tratamientos



Suplementos de hormona tiroidea en pastillas si el bocio se debe a una tiroides hipoactiva.



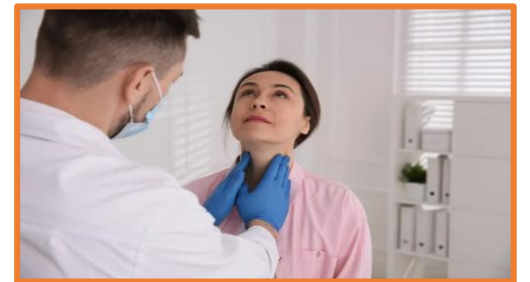
Dosis pequeñas de solución de yodo de Lugol o de yoduro de potasio si el bocio se debe a una falta de yodo.



Cirugía (tiroidectomía) para extirpar toda la glándula o parte de ella.

Prevención

- Generalmente, las enfermedades tiroideas no se pueden prevenir. Debido a que la mayoría de los casos están relacionados a la genética o causados por enfermedades autoinmunes.
- Sí, se podrían prevenir los problemas de tiroides relacionados con el exceso o la deficiencia de yodo.
- Recomendaciones:
 - **Exceso** = limitar el consumo de alimentos que contengan yodo como salmón, leche, yogur, camarones, huevos, sal yodada, etc.
 - **Deficiencia** = recibir suplementos de yodo por vía oral.



Adherencia al tratamiento farmacológico

Se basa en la capacidad del paciente de utilizar los medicamentos según lo prescrito por el médico; esto considerando la dosis, la frecuencia y el tiempo de duración.

En personas con problemas de tiroides, es importante para el control de la enfermedad y prevención de las complicaciones.

Algunas recomendaciones para fomentar la adherencia al tratamiento farmacológico:

Utilice solo la dosis indicada por el médico.

No comparta sus medicamentos recetados con otras personas.

Tenga algún sistema para recordar utilizar sus medicamentos, por ejemplo, alarmas en el teléfono.

Mantenga los medicamentos lejos del calor, luz y humedad.

La tiroides, ¿puede afectar el estado de ánimo?

Sí, la enfermedad tiroidea puede afectar el estado de ánimo; se incluye la ansiedad o la depresión.

Por lo general, entre más grave es la enfermedad tiroidea, más severos son los cambios de estado de ánimo.

Algunos síntomas del estado de ánimo:

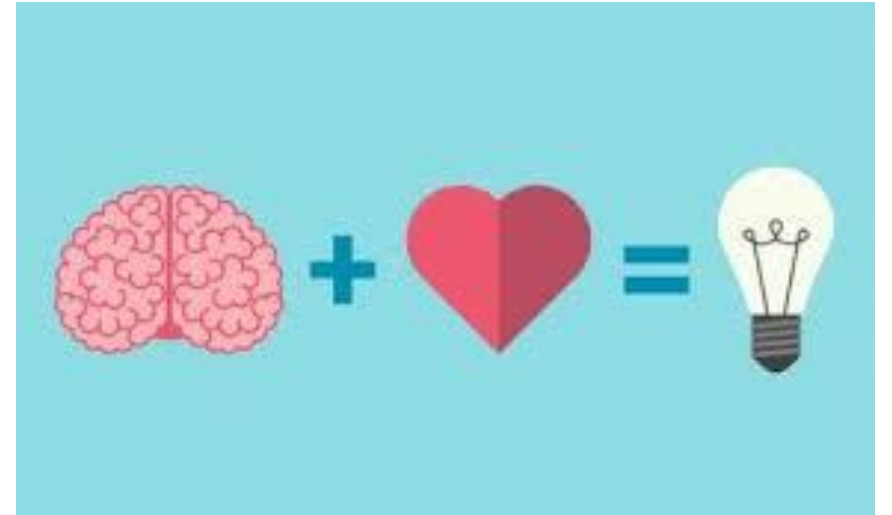
Hipertiroidismo:
ansiedad, nerviosismo e irritabilidad

Hipotiroidismo:
depresión y cansancio inusual

El tratamiento suele mejorar los síntomas, incluidos los que afectan el estado de ánimo.

Aspecto Social y Emocional

Para recomendaciones, herramientas y recursos de cómo usted y su familia pueden afrontar las preocupaciones emocionales y físicas que se presentan durante y tras su tratamiento médico, por favor, visite a su médico primario o comuníquese a las siguientes líneas telefónicas.



Líneas de Servicios Disponibles

Línea de Consejería Médica

24 horas al día / 7 días a la semana


1-844-347-7801

TTY/TDD: 1-844-347-7804

Servicio al Cliente

1-844-347-7800

TTY/TDD: 1-844-347-7805



Dudas



Preguntas



Referencias

- <https://medlineplus.gov/spanish/thyroiddiseases.html>
- <https://medlineplus.gov/spanish/hyperthyroidism.html>
- <https://medlineplus.gov/spanish/hypothyroidism.html>
- <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/thyroid-cancer/symptoms-causes/syc-20354161>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/001178.htm>
- <https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/trastornos-nutricionales/minerales/exceso-de-yodo>
- <https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/trastornos-nutricionales/minerales/carencia-de-yodo>
- <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/hyperthyroidism/expert-answers/thyroid-disease/faq-20058228>
- <https://www.merckmanuals.com/es-us/hogar/f%C3%A1rmacos-o-sustancias/factores-que-influyen-en-la-respuesta-del-organismo-a-los-f%C3%A1rmacos/adherencia-al-tratamiento-farmacol%C3%B3gico>



¿Ayuda con su Plan de Salud del Gobierno?



Línea libre de cargos
1-800-981-2737
TTY 787-474-3389