

Disfunción tiroidea y envejecimiento

La tiroides es una glándula pequeña con forma de mariposa, ubicada en la base del cuello, por delante de la tráquea. La glándula tiroides es el “controlador maestro” del metabolismo.¹ Los problemas tiroideos se hacen muy comunes a medida que envejecemos² y las mujeres añosas son particularmente vulnerables.



¿Qué son las disfunciones tiroideas?

Si su tiroides tiene una disminución de su actividad, produce una cantidad insuficiente de hormona tiroidea, provocando un trastorno denominado **hipotiroidismo**. La persona con hipotiroidismo hace un uso más lento de su energía y su metabolismo también se enlentece.³ Sin embargo, si su tiroides tiene una actividad excesiva, produce demasiada hormona tiroidea que pasa al torrente sanguíneo, derivando en una afección conocida como hipertiroidismo, que acelera el metabolismo.⁴ El hipotiroidismo es más común que el hipertiroidismo a lo largo de la vida.

Hipotiroidismo

Los signos y síntomas del hipotiroidismo son similares a otros problemas médicos comunes y a los signos del envejecimiento, por lo que es frecuente que la enfermedad pase desapercibida. Los síntomas pueden aparecer en el transcurso de un período prolongado de tiempo y no notarse.

Entre las modificaciones que se debe buscar en el organismo se incluyen:^{3,5,6}

- Fatiga, somnolencia y / o debilidad
- Intolerancia al frío (no puede tolerar el frío como la gente a su alrededor)
- Pérdida de memoria
- Aumento de peso o mayor dificultad para adelgazar (a pesar de una dieta y ejercicio razonables)
- Depresión
- Constipación
- Dolor articular o muscular
- Cabello o uñas finos y quebradizos y / o piel seca y descamante

La gente tiene que conocer los signos de hipotiroidismo, ya que inclusive los casos leves en los que la persona tiene pocos síntomas o síntomas vagos (conocido con el término médico de hipotiroidismo subclínico)⁷ puede, de no ser tratado, llevar a una enfermedad más grave. Estos síntomas pueden incluir una frecuencia cardíaca tan lenta que puede llegar al coma,⁶ hipertensión y niveles de colesterol elevados, (factores de riesgo significativos para enfermedad cardíaca)⁸ y enfermedad de Alzheimer (aumento del riesgo en la mujer).⁹

El tratamiento del hipotiroidismo se mantiene igual a lo largo de la vida. La finalidad del tratamiento es substituir la hormona tiroidea que falta en el organismo. A menudo los pacientes añosos comienzan con dosis más bajas de levotiroxina, una hormona tiroidea sintética, para permitirle al cuerpo ajustarse a los niveles cambiantes de la hormona.² La dosis se aumenta escalonadamente cada cuatro o seis semanas hasta que los análisis muestren que los niveles hormonales han vuelto a la normalidad.²

Hipertiroidismo

El hipertiroidismo no es tan común como el hipotiroidismo. Los síntomas clave que hay que buscar incluyen los siguientes:^{4,10}

- Pérdida de peso, aunque el sujeto se alimente normalmente
- Ansiedad e irritabilidad
- Frecuencia cardíaca muy acelerada (a menudo más de 100 latidos por minuto)
- Ojos prominentes, de mirada fija
- Temblor de manos
- Caída de cabello
- Sensación de debilidad
- Aumento de la frecuencia de las deposiciones
- Crecimiento muy rápido de las uñas
- Piel fina y muy lisa
- Sudoración mayor a la normal
- Menstruaciones anormales

El hipertiroidismo no tratado puede provocar desde una arritmia cardíaca (ritmo irregular de las contracciones del músculo cardíaco) hasta ataques al corazón.¹⁰ Además, si usted es mujer y ha pasado la menopausia, tenga en cuenta que el hipertiroidismo aumenta su riesgo de presentar osteoporosis (pérdida de la masa ósea) y fracturas potencialmente fatales.¹⁰

A cualquier edad, el tratamiento del hipertiroidismo es reducir la hormona tiroidea en el organismo, pero en el paciente añoso debe adaptarse la manera de lograrlo. El tratamiento incluye los medicamentos antitiroideos y la terapia con yodo radiactivo para bloquear la producción de hormona tiroidea. Sin embargo, a menudo se considera que la exéresis quirúrgica es demasiado riesgosa.² Se debe hacer un control muy cuidadoso del tratamiento, ya que las variaciones de los niveles de hormona tiroidea afectan al corazón.²

Por más información

Por más información sobre la enfermedad tiroidea, por favor consulte los siguientes sitios web: www.thyroidweek.com www.thyroid-fed.org

Es preocupante que a menudo las disfunciones tiroideas sean pasadas por alto al llegar a la vejez, debido a que los síntomas son menos visibles que en los sujetos más jóvenes. También puede ocurrir que se pasen no se preste atención a los síntomas, considerándolos como 'tan solo parte del envejecimiento',² planteando el riesgo de que las personas no obtengan el apoyo esencial y el tratamiento que necesitan.

1. American Thyroid Association. Thyroid Function Tests. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/FunctionTests_brochure.pdf. Accessed March 2009.
2. American Thyroid Association. Thyroid disease in the older patient. 2005. http://www.thyroid.org/patients/brochures/ThyroidDisorderOlder_broch.pdf. Accessed March 2009.
3. American Thyroid Association. ATA Hypothyroidism Booklet. Falls Church, VA 2003.
4. American Thyroid Association. Hyperthyroidism. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper_brochure.pdf Accessed March 2009.
5. American Thyroid Association. Hypothyroidism. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypo_brochure.pdf. Accessed March 2009.
6. Roberts CG, Ladenson PW. Hypothyroidism. *Lancet*. 2004; **363**: 793–803.
7. Biondi B, Cooper DS. The clinical significance of subclinical thyroid dysfunction. *Endocr Rev*. 2008; **29**: 76–131.
8. Rodondi N, Aujesky D, Vittinghoff E et al. Subclinical hypothyroidism and the risk of coronary heart disease: a meta-analysis. *Am J Med*. 2006; **119**: 541–51.
9. Tan ZS, Beiser A, Vasan RS et al. Thyroid function and the risk of Alzheimer disease: the Framingham Study. *Arch Intern Med*. 2008; **168**: 1514–20.
10. American Association of Clinical Endocrinologists. Hyperthyroidism. 2006. http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf. Accessed March 2009.

Esta campaña es apoyada por

