

# Los problemas de la tiroides – Lo que cada nueva madre debe saber

## ¿Sabías que?

- En las madres, los problemas de la tiroides pueden ser más comunes de lo que se podría pensar.<sup>1</sup>
- Las parejas con problemas de infertilidad y las mujeres embarazadas deben consultar con su médico acerca de exámenes de la tiroides.
- El yodo es esencial para la fertilidad y la salud del cuerpo: las mujeres embarazadas y las lactantes debe tomar un suplemento nutricional que contenga yodo todos los días,<sup>2</sup> en los países donde exista el riesgo de deficiencias de yodo.<sup>2</sup>

### ¿Qué es la tiroides y qué hace?

La tiroides es una glándula con forma de mariposa que se encuentra en la base del cuello, delante de la tráquea.<sup>3</sup> El control de metabolismo de la tiroides, juega un papel importante en la reproducción femenina y en la fertilidad de la mujer.

### Cuando hay problemas ...

Las mujeres sufren con más frecuencia de insuficiencia tiroidea (**hipotiroidismo**) cuando el cuerpo produce muy pocas hormonas, haciendo más lento el metabolismo, o hiperactividad de la tiroides (**hipertiroidismo**), cuando el cuerpo produce demasiadas hormonas, haciendo que el metabolismo se acelere.<sup>4,5</sup>

### Schilddrüse und Empfängnis

Muchas mujeres no son conscientes de que su tiroides tiene un papel importante a desempeñar en su reproducción, debido al efecto de la hormona tiroidea en los ovarios. Las parejas con problemas de infertilidad deben consultar con su médico acerca de exámenes de la tiroides y de tomar yodo si es necesario.

### Yodo – conoce los hechos

- El yodo es esencial para un cuerpo sano y fértil, muy poco yodo en su dieta puede llevar a una hipo actividad de la tiroides.
- El yodo se encuentra en alimentos como el pescado de mar, el pan, el queso, la leche de vaca, los huevos, el yogurt.
- Las mujeres en edad fértil deben consumir 150 microgramos de yodo al día.
- Las mujeres embarazadas y lactantes deben consumir 250 microgramos de yodo al día para asegurar que la tiroides de su bebé se desarrolle adecuadamente.<sup>6</sup>

### Alteraciones de la tiroides y el embarazo

Si no se detecta ni se trata, tanto el hipotiroidismo como el hipertiroidismo pueden tener un impacto devastador sobre la madre y su bebé. Las alteraciones en el funcionamiento de la tiroides aumentan el riesgo de un nacimiento prematuro, así como problemas de aprendizaje y desarrollo, y de desprendimiento de la placenta de la pared interna del útero antes de que nazca el bebé, una condición potencialmente fatal para la madre y el niño.<sup>7,8,9</sup>

La mujer embarazada debe comprobar, con exámenes, un comportamiento ideal de su tiroides al menos una vez al comienzo de su embarazo. Si ya está siendo tratada por un desorden de esta, deberá realizar un chequeo cada seis u ocho semanas. De esta manera se asegurara de que todo esta funcionando normalmente y tanto la ella, como el bebe, estarán bien.<sup>7</sup>



# Los problemas de la tiroides – Lo que cada nueva madre debe saber

## ¿Qué buscar?

Los problemas de tiroides, durante y después del embarazo, pueden ser fácilmente confundidos con los cambios normales en el cuerpo. Las madres deben poner atención a estos cambios y buscar ayuda si se presentan cualquiera de los siguientes síntomas:

### Principales síntomas de hipotiroidismo:<sup>10</sup>

- Fatiga
- Depresión
- Dolores musculares
- Alteraciones de la memoria
- Intolerancia al frío

### Principales síntomas de hipertiroidismo:<sup>11</sup>

- Pérdida de peso o no aumento del peso en el embarazo.
- irritabilidad y ansiedad
- alta frecuencia cardiaca
- manos temblorosas
- ojos inmóviles.

## Consejos para las madres primerizas

Algunas madres primerizas que no han sido previamente diagnosticadas con alguna forma de los problemas de la tiroides pueden desarrollarlos durante el primer año después del parto. Esto se llama tiroiditis posparto (TPP). Aunque aterradora, la PPT no es siempre una condición a largo plazo y la mayoría de las mujeres que desarrollan el problema lo solucionan luego de un año después de dar a luz.

Las mujeres que experimentan cambios prolongados para su salud o bienestar después del parto deben contactar a su médico para que las aconseje.

## La ayuda está a la mano

El tratamiento de problemas de la tiroides durante el embarazo es esencial para la salud de la madre y el bebé. Tenga la seguridad de que el tratamiento es muy sencillo, práctico y altamente eficaz.

## Una tiroides poco activa

- El **hipotiroidismo** se trata sustituyendo de la hormona que falta con un medicamento – comúnmente con levotiroxina. El tratamiento es vía oral y puede realizarse antes, durante y después del embarazo.

- Las mujeres embarazadas, con hipotiroidismo, necesitan de una dosis más alta de levotiroxina antes del parto y de chequeos médicos más frecuentes para asegurarse de que la dosis es la correcta.

## Una tiroides hiperactiva

- El **hipertiroidismo** se trata disminuyendo la cantidad de hormona tiroidea presente en su corriente sanguínea
- Las mujeres embarazadas, con hipertiroidismo leve, por lo general serán objeto de seguimiento sin tratamiento, asumiendo que tanto ella como el bebé están bien.
- Las Mujeres embarazadas primerizas, con hipertiroidismo grave, pueden ser tratadas con medicamentos antitiroideos o, en algunos casos, cirugía para extirpar parte de la glándula tiroides, sin usar la radiación.

## Referencias

1. Thyroid disease in Women, symptoms, treatment and causes. <http://www.articlesbase.com/diseases-and-conditions-articles/thyroid-disease-in-women-symptoms-treatments-and-causes-1348786.html>. Accessed March 2010
2. American Thyroid Association. Iodine Deficiency [http://www.thyroid.org/patients/patient\\_brochures/iodine\\_deficiency.html](http://www.thyroid.org/patients/patient_brochures/iodine_deficiency.html). Accessed March 2010
3. Thyroid Foundation of Canada. The thyroid gland; a general introduction. <http://www.thyroid.ca/Guides/HG01.html>. Accessed March 2010
4. American Thyroid Association. ATA Hypothyroidism Booklet. Falls Church. VA 2003. [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypothyroidism%20\\_web\\_booklet.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypothyroidism%20_web_booklet.pdf). Accessed March 2010
5. American Thyroid Association. Hyperthyroidism. 2005 [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper\\_brochure.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper_brochure.pdf). Accessed March 2010
6. Management of Thyroid Dysfunction during Pregnancy and Postpartum: An Endocrine Society Clinical Practice Guideline. 2007
7. American Thyroid Association. Thyroid Disease and Pregnancy [http://www.thyroid.org/patients/brochures/Thyroid\\_Dis\\_Pregnancy\\_broch.pdf](http://www.thyroid.org/patients/brochures/Thyroid_Dis_Pregnancy_broch.pdf). Accessed March 2010
8. Mayo Clinic. <http://www.mayoclinic.com/health/placental-abruption/DS00623/DSECTION=complications>. Accessed March 2010
9. ACOG Education Pamphlet AP128 - Thyroid Disease. American College of Obstetricians and Gynecologists. Washington, DC. 2002
10. Roberts CG, Ladenson PW. Hypothyroidism. *Lancet*. 2004;363:793-803
11. American Association of Clinical Endocrinologists. Hyperthyroidism. 2006 [http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient\\_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf](http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf). Accessed March 2010

## Para obtener más información

Si desea más información sobre los problemas de la tiroides, por favor visite los siguientes sitios Web:

[www.thyroidweek.com](http://www.thyroidweek.com) [www.thyroid-fed.org](http://www.thyroid-fed.org)

Esta campaña es apoyada por

