

Salud de la Tiroides



La tiroides es una glándula en forma de mariposa ubicada en el cuello, justo arriba de la clavícula. Es una de las glándulas endocrinas que producen hormonas. Las hormonas tiroideas controlan el ritmo de muchas actividades del cuerpo. Estas incluyen la velocidad con la que se queman calorías y cuán rápido late el corazón. Todas estas actividades 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 su 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
Para el diagnóstico de enfermedades de la Tiroides debe realizarse un examen físico y pruebas para la tiroides.

Síntomas:

Hipotiroidismo:

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

Hipertiroidismo:

- Fatiga
- Nerviosismo o irritabilidad
- Dificultad para dormir
- Debilidad muscular
- Intolerancia al calor o aumento de la sudoración
- Latidos cardíacos rápidos e irregulares
- Movimientos intestinales frecuentes o diarrea
- Pérdida de peso

Riesgo en la mujer:

Las mujeres son más propensas a padecer de enfermedades de la tiroides que los hombres, y están en riesgo de sufrir las siguientes complicaciones:



- Problemas con el periodo menstrual.
- Dificultad para quedar embarazada.
- Problemas durante el embarazo.

Alimentación:

Evite tomar su hormona tiroidea al mismo tiempo que consume:

- 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 Healthcare

787-641-9133

Embarazo y la Tiroides



Durante el embarazo, las hormonas tiroideas pueden afectar la salud tanto de la madre como del bebé en desarrollo. Los niveles de hormona tiroidea deben monitorearse con cuidado y ajustarse, incluso si no ha tenido problemas de tiroides. Luego del embarazo, se tiende a

mantener niveles anormales de hormona tiroidea durante un año o más.

Recuerde: Si observa signos de problemas de tiroides, hable con su médico.



Referencias:

Enfermedades de la Tiroides. Medline Plus.

Recuperado de

(2021)<https://medlineplus.gov/spanish/thyroiddiseases.html>

Enfermedad de la Tiroides. OASH.

Recuperado de

(2021)<https://espanol.womenshealth.gov/a-z-topics/thyroid-disease>

(2022)<https://salud.nih.gov/articulo/piense-en-su-tiroides/>

Preparado por Educadores en Salud licenciados.

Revisado en julio de 2022. © First Medical Health Plan, Inc.