

¿Sufres de cansancio, uñas quebradizas, caída de cabello y aumento de peso? El problema puede ser tu tiroides

Como cada año, mayo es el mes de la tiroides a nivel mundial, una fecha que nos recuerda la importancia que tiene esta glándula con forma de mariposa ubicada en la parte delantera del cuello. Y aunque su tamaño es pequeño, su impacto en el cuerpo es inmenso.

Se estima que los desórdenes de la tiroides son algunas de las enfermedades más extendidas a nivel global. De hecho, el hipotiroidismo, el tipo más común, afecta a unos 200 millones de personas en el mundo.

En Chile este problema no es más favorable. Según la Sociedad Chilena de Endocrinología y Diabetes (SOCHED), uno de cada cuatro personas padece alguna alteración de la tiroides en el país, mientras que la última Encuesta Nacional de Salud 2016-2017 reveló que la sospecha de hipotiroidismo alcanzó una prevalencia de 18,6% a nivel nacional.

Para los especialistas, la gran preocupación es que los síntomas asociados, por ejemplo, al hipotiroidismo suelen ser sutiles y fácilmente confundidos con otras enfermedades, estados anímicos o incluso condiciones estéticas, lo cual representa un grave riesgo para los pacientes que necesitan tratamiento.

"La mayoría de las personas se quejan por sufrir de cansancio, debilidad, resequedad de la piel, metabolismo lento, aumento de peso, cabello quebradizo o estreñimiento, manifestaciones que disminuyen las probabilidades de consulta médica al ser consideradas pasajeras y cotidianas. El problema es que los síntomas se vuelven más graves a medida que envejecemos, y afectan más a las mujeres que a los hombres", advierte Cinthia Chareca, Medical Manager de Merck Group.

Sin duda es clave promover un diagnóstico

oportuno. Para ello existen en la actualidad avances tecnológicos que ponen a disposición herramientas como www.midetutiroides.com, una plataforma desarrollada por Merck que permite evaluar a través de un cuestionario virtual, si el usuario tiene algún síntoma que podría ser compatible con una alteración en la tiroides.

"Al ingresar a la plataforma, podrás encontrar un test rápido y sencillo que incluye preguntas sobre diversos síntomas y que toma solo un par de minutos contestar. En caso de que los resultados indiquen la probabilidad de tener alguna alteración en la glándula, se puede agendar una cita con un especialista", explica Chareca.

De todos modos, la experta agrega que, dado que las alteraciones de la glándula tiroides no se pueden prevenir, la recomendación es tener siempre presente ciertos factores de prevalencia como la edad, el género, uso de algunos medicamentos, antecedentes familiares y enfermedades autoinmunes.

"Es importante identificar si hay malestares o cambios repentinos en el cuerpo y consultar de inmediato con un especialista, ya que éstos podrían ser provocados por un trastorno de la tiroides, más aún si se es mujer. En ellas podría estar asociado a alteraciones del ciclo menstrual, fertilidad, el metabolismo y otros aspectos de la salud femenina", concluye Chareca.

