RESUMEN AFECCIONES TIROIDEAS

FISIOPATOLOGÍA

La **glándula tiroides** regula el metabolismo del cuerpo a través de las **hormonas tiroideas**:

- **Tiroxina (T4)**
- **Triyodotironina (T3)**

Estas hormonas son controladas por el eje **hipotálamo–hipófisis–tiroides**:

1. El **hipotálamo** secreta **TRH** (hormona liberadora de tirotropina).
2. La **hipófisis anterior** secreta **TSH** (hormona estimulante de la tiroides).
3. La **tiroides** libera **T3 y T4** al torrente sanguíneo.

HIPOTIROIDISMO – Déficit de hormonas tiroideas

Fisiopatología:

- Disminución en la producción de T3 y T4.
- El eje hipotálamo-hipófisis responde con **aumento de TSH**.
- El metabolismo celular **se enlentece**.

Causas frecuentes:

- Tiroiditis de Hashimoto (autoinmune).
- Déficit de yodo.
- Cirugía o irradiación tiroidea.
- Fármacos antitiroideos.

Manifestaciones:

- Fatiga, aumento de peso, bradicardia, piel seca, estreñimiento, intolerancia al frío.
- En casos severos: **mixedema**.

HIPERTIROIDISMO – Exceso de hormonas tiroideas

Fisiopatología:

- Aumento en la secreción de T3 y T4.
- El eje hipotálamo-hipófisis responde con **disminución de TSH**.
- El metabolismo celular **se acelera**.

Causas frecuentes:

- Enfermedad de Graves-Basedow (autoinmune).
- Adenoma tóxico.
- Tiroiditis subaguda.

Manifestaciones:

- Pérdida de peso, taquicardia, temblores, sudoración, insomnio, diarrea.
- En casos graves: **crisis tiroidea** (urgencia médica).

ALTERACIONES ESTRUCTURALES

1. Bocio:

Agrandamiento de la glándula tiroidea por hiperplasia. Puede acompañar tanto al hipotiroidismo como al hipertiroidismo.

2. Nódulos tiroideos:

Lesiones focales sólidas o quísticas, pueden ser benignas o malignas.

VALORES DE REFERENCIA CLAVE

Hormona Valores normales

TSH 0.35 – 5.1 μ UI/mL

T4 libre 5 -14.5 ug/dL

T3 total 0.58 – 1.62 ng/ml

- **Hipotiroidismo primario:** $\uparrow$ TSH, $\downarrow$ T4
- **Hipertiroidismo:** $\downarrow$ TSH, $\uparrow$ T3/T4

CUIDADOS HIPOTIROIDISMO

1. Monitorear signos vitales, especialmente frecuencia cardíaca y temperatura corporal: El hipotiroidismo causa bradicardia y disminución de la temperatura corporal debido a la reducción del metabolismo basal. Es fundamental detectar precozmente una descompensación.

2. Fomentar la actividad física moderada y progresiva: La fatiga y el letargo son comunes en hipotiroidismo. El ejercicio controlado mejora la tolerancia al esfuerzo, evita el desacondicionamiento físico y estimula el metabolismo.

3. Promover una dieta equilibrada rica en fibra y baja en grasas saturadas: El metabolismo lento favorece el aumento de peso y el estreñimiento. Una dieta adecuada mejora el tránsito intestinal y previene dislipidemias, frecuentes en esta patología.

4. Educar sobre la correcta administración de levotiroxina: La levotiroxina se debe tomar en ayunas, 30 a 60 minutos antes del desayuno, para asegurar su absorción. Una mala adherencia altera el control hormonal.

5. Observar signos de depresión o cambios en el estado de ánimo: El hipotiroidismo puede afectar el sistema nervioso central, generando síntomas como depresión, lentitud mental y pérdida de interés. La detección temprana permite intervenir oportunamente.

CUIDADOS DE ENFERMERÍA EN HIPERTIROIDISMO

1. Monitorear signos vitales frecuentemente, especialmente frecuencia cardíaca y presión arterial: El hipertiroidismo incrementa la actividad del sistema simpático, provocando taquicardia, hipertensión y palpitaciones. La vigilancia oportuna permite prevenir complicaciones cardiovasculares.

2. Promover un ambiente tranquilo y con baja estimulación sensorial: La ansiedad, irritabilidad y la hiperexcitación son síntomas comunes. Un entorno relajado ayuda a disminuir la estimulación del sistema nervioso simpático y reduce el riesgo de crisis tiroidea.

3. Fomentar el equilibrio nutricional con dieta hipercalórica y rica en proteínas: El metabolismo acelerado causa pérdida de peso, masa muscular y mayor demanda energética. Una dieta adecuada compensa el gasto energético y previene el catabolismo.

4. Valorar signos de intolerancia al calor y aplicar medidas para mantener temperatura corporal adecuada: El exceso de hormonas tiroideas incrementa la producción de calor corporal. El control de la temperatura previene deshidratación, fatiga e irritabilidad.

5. Observar signos de crisis tiroidea (hipertermia, taquicardia, agitación, diarrea, alteración del estado mental): La tormenta tiroidea es una complicación aguda y potencialmente mortal del hipertiroidismo. El reconocimiento temprano y la intervención inmediata pueden salvar la vida del paciente.