

Trastornos de tiroides son más frecuentes en las mujeres

En las mujeres son más frecuentes los trastornos de la tiroides, por lo que después de los 40 años es bueno que se hagan un chequeo médico preventivo, así lo recomienda Neveska Higuera, endocrinóloga, integrante del equipo médico de Funcamama, quien destaca que los hábitos preventivos son poco frecuentes pero muy importantes, sobre todo en las denominadas enfermedades crónicas, es decir, de larga duración y por lo general de progresión lenta, como las afecciones cardiovasculares, cáncer, trastornos respiratorios y diabetes.

Durante una entrevista radial, la endocrinóloga afirmó que la obesidad, la diabetes y afecciones de la tiroides son los motivos de consulta más frecuentes en endocrinología. Estos tres grupos constituyen el 70% de la consulta. Pero esta especialidad también atiende problemas de nutrición, trastornos de la menstruación, cansancio extremo, infertilidad, hipertensión y problemas de crecimiento, entre otros.

¿Es necesario ser referido por un médico o una persona puede acudir por su cuenta?

-Algunas personas son remitidas por su médico tratante, si este lo considera necesario de acuerdo a la evaluación que le hizo. Por ejemplo, si nota alteraciones en el colesterol o el azúcar o en los valores hormonales. Otras, pueden acudir voluntariamente por síntomas relacionados con nuestra especialidad, como la ganancia o pérdida brusca de peso, aumento excesivo del vello corporal o cansancio extremo.

En otras ocasiones una persona sana, no presenta ningún síntoma, pero decide acudir como chequeo preventivo, ya que en su familia tiene antecedentes de problemas endocrinos, como la

diabetes o trastornos relacionados con la tiroides.

Factores de riesgo

Principalmente

los antecedentes familiares. Por ejemplo, si en la familia hubo casos anteriores de diabetes, obesidad o hipertensión. El sedentarismo, es decir, la falta de actividad física. Una mala alimentación, por ejemplo, el consumo frecuente de comida chatarra, frituras o refrescos.

Y, en general, llevar un estilo de vida inadecuado. Ser mujer es un factor de riesgo, ya que en las mujeres son más frecuentes los trastornos de la tiroides, por lo que después de los 40-45 años deben hacerse un chequeo médico, recomienda Neveska Higuera.

También las personas con tratamiento por cáncer o linfoma que reciben radioterapia, por la cercanía de exposición de la glándula tiroides. Otro factor de riesgo menos frecuente es la exposición a la radiación. Puede ser el caso de ciudadanos provenientes de otros países, como los asiáticos, donde pudieron estar expuestos a la radiación atómica o de plantas nucleares, explicó.

En cuanto a los síntomas, la endocrinóloga dijo que suelen pasar inadvertidos, de allí la importancia de hacerse un chequeo médico con regularidad. Si la persona se descubre algún tipo de inflamación en el cuello o presenta resistencia a la insulina son síntomas a considerar. En las mujeres, la menopausia por la osteoporosis, y en los hombres la disminución de la masa muscular. Los trastornos metabólicos, que modifican el correcto funcionamiento del organismo, como ya dijimos, pueden pasar inadvertidos, pero se pueden diagnosticar con simples análisis de sangre, que permiten conocer alteraciones

del calcio, del colesterol, o de insulina.

Recomendaciones para prevenir

En este punto dijo que lo más importante es que la persona debe conocer sus antecedentes familiares, ya que ello le ayudará a tomar las precauciones correspondientes para evitar cualquier tipo de trastorno endocrino.

También se recomienda tener una alimentación sana, con una dieta balanceada, evitar alimentos que sean generadores de trastornos que pueden ser heredados, el más común de ellos es la diabetes tipo I. Y, por supuesto, hacerse un chequeo médico con frecuencia.

En Funcamama disponemos de un equipo multidisciplinario de endocrinología: consulta endocrinológica, laboratorio de bioanálisis para pruebas hormonales, ecografía de tiroides convencional o doppler para tu chequeo preventivo o de control, servicio de biopsia y procesamiento de muestras por anatomía patológica, aseguró la especialista.

Francisco Chirinos CNP 9966