

debido a falta de iodo en la alimentación en sus países de origen. Sin embargo, este riesgo generalmente disminuye cuando vienen a Australia.

Aunque el uso de sal iodada puede ayudar a prevenir los problemas a la tiroides, tomar tabletas de iodo o tabletas de kelp puede a veces agravar esos problemas. Cualquier persona que sospeche que puede tener un problema a la tiroides debe consultar a su médico.

Para mayor información, contacte a los siguientes grupos de apoyo: la Australian Thyroid Foundation, PO Box 186, Westmead NSW 2145. Tel. (02) 9890 6962, o Thyroid Australia, PO Box 2575, Fitzroy Delivery Centre, VIC 3065. Tel. (03) 9561 2483.

Si necesita ayuda para hacer llamadas telefónicas en inglés, llame al Servicio de Interpretación y Traducción (TIS) al 131 450.

Se puede encontrar más información sobre la salud en español en la página web en <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Los números telefónicos indicados son correctos al momento de publicación, pero cambian continuamente. Puede ser necesario verificar los números en la guía telefónica.

REVIEWED
May 2001
NSW Multicultural Health Communication Service

NSW Multicultural Health Communication Service
website: <http://mhcs.health.nsw.gov.au>
e-mail: mhcs@sesahs.nsw.gov.au
phone: (02) 9382 8111

multi
cultural
communication

SPANISH
8th November 1999

Cómo los problemas a la tiroides pueden afectar su salud

How thyroid problems can affect your health

NSW HEALTH
DEPARTMENT

Cómo los problemas a la tiroides pueden afectar su salud

How thyroid problems can affect your health

Cuando Regina primero se quejó de fatiga, depresión y aumento de peso, su doctora le recomendó que hiciera más ejercicio, pero cuando el problema persistió la envió a un psiquiatra. Pero, posteriormente, el diagnóstico de la afección de Regina no fue depresión sino de un problema que afectaba su glándula tiroides, una glándula pequeña en forma de mariposa, ubicada en el cuello bajo la manzana de Adán.

Mucha gente no sabe siquiera dónde está ubicada esta glándula, ni mucho menos cuál es su función; sin embargo, influye sobre muchas partes del cuerpo y puede causar una gran variedad de síntomas. Como en el caso de Regina, estos síntomas pueden a veces ser tomados erróneamente por otros problemas, tales como depresión, exceso de trabajo o efectos del envejecimiento. Los trastornos de la tiroides son comunes, afectando a una de cada 20 personas. Son especialmente comunes en las mujeres y una de cada 14 mujeres tiene problemas de tiroides en algún período de su vida, especialmente en las décadas de los 20 y los 30 años. y después de los 60 años.

Aunque generalmente no representan un peligro para la vida, estos problemas pueden tener un efecto adverso sobre el bienestar físico. Pueden afectar el humor de una persona, su nivel de energía, tolerancia al calor y al frío y, en el caso de las mujeres, sus menstruaciones e incluso su fertilidad.

El problema de Regina resultó ser hipotiroidismo, es decir que la glándula no estaba produciendo suficiente hormona. Esto hace que el cuerpo se vuelva más lento. Los síntomas más comunes son fatiga, aletargamiento y aumento de peso

inexplicable, a veces de tres o cuatro kilos. Sin embargo, otros síntomas pueden incluir ponerse olvidadizo, falta de concentración, aspereza y sequedad del pelo, caída del cabello, pérdida del pelo de las cejas, piel seca, menstruaciones demasiado abundantes, uñas delgadas y quebradizas, estreñimiento y ponerse muy friolento.

En algunas otras personas, por el contrario, la tiroides produce un exceso de hormona, lo cual acelera el cuerpo. Esto causa adelgazamiento y un ritmo cardíaco demasiado rápido. Otros síntomas son sentirse muy acalorado y transpirar, nerviosidad e irritabilidad, insomnio, ojos protuberantes y una mirada fija, sin pestañar. Ambas afecciones pueden ser diagnosticadas fácilmente con un sencillo análisis de sangre y en la mayoría de los casos el tratamiento con medicación hace que la persona se sienta bien y funcione de nuevo normalmente.

Entre otros cambios que pueden ocurrir en la glándula tiroides está un aumento de tamaño, lo cual no causa necesariamente problemas de salud. A veces pueden aparecer en la tiroides unos pequeños bultos llamados nódulos. Generalmente no son cancerosos, pero es importante asegurarse y hacerlos examinar mediante una biopsia (una prueba para examinar las células del bulto). El cáncer a la tiroides puede ocurrir a cualquier edad y puede ser tratado con mucho éxito si se lo detecta temprano. Las personas que han sido tratadas con radioterapia para el acné (un tratamiento común en la década del '60 pueden tener un mayor riesgo de cáncer a la tiroides.

Los problemas de tiroides pueden manifestarse a cualquier edad. Sin embargo, las personas con antecedentes familiares de trastornos a la tiroides tienen un riesgo más alto. Algunas personas nacidas en Asia Sudeste y el Medio Oriente pueden también ser más propensas a los trastornos de la tiroides