

Disfunção tireoidiana e envelhecimento

A tireoide é uma glândula com formato de borboleta situada na base do pescoço, diante da traqueia. Ela é o 'controlador chefe' do metabolismo.¹ Problemas com nossa tireoide ficam mais comuns na medida em que envelhecemos² e as mulheres idosas ficam, especialmente, mais vulneráveis.



- Fadiga, desânimo e/ou fraqueza
- Intolerância ao frio (não suporta frio a seu redor)
- Falta de memória
- Ganho de peso ou maior dificuldade para perder peso (apesar de fazer dieta e exercícios)
- Depressão
- Constipação
- Períodos menstruais anormais e/ou problemas de fertilidade
- Dores nas articulações ou músculos
- Unhas e cabelos finos e quebradiços e/ou pele ressecada e escamosa

O que são disfunções tireoidianas?

Se a tireoide estiver subativa ela produz pouca quantidade de hormônio tireoidiano, resultando numa condição chamada hipotireoidismo. Pessoas com **hipotireoidismo** usam a energia mais devagar, e seu metabolismo também fica mais lento.³ Por outro lado, se a tireoide de seu filho ou filha estiver hiperativa, a glândula libera excesso de hormônio tireoidiano na corrente sanguínea. Isso causa uma disfunção chamada hipertireoidismo, que acelera o metabolismo.⁴ Durante toda a vida, o hipotireoidismo é mais comum do que o hipertireoidismo.

Hipotireoidismo

Os sinais e sintomas do hipotireoidismo são semelhantes aos de outros sinais e sintomas do envelhecimento, o que faz com que essa condição, muitas vezes, passe despercebida. Os sintomas podem desenvolver-se por um longo período antes de serem notados. Preste atenção às seguintes alterações de seu corpo:^{2,3,5,6}

As pessoas precisam estar atentas aos sinais de hipotireoidismo, pois até os casos leves, quando a pessoa está com poucos e vagos sintomas (que os médicos chamam de hipotireoidismo subclínico)⁷, se não forem tratados, podem levar a doença mais séria. Hipotireoidismo não tratado pode levar a uma frequência cardíaca tão lenta que pode levar o paciente a coma.⁶ Além disso, ela está sempre associada com pressão arterial elevada e altos níveis de colesterol (fatores de risco significantes para doença cardíaca),⁸ infertilidade e mal de Alzheimer (o risco é maior para mulheres).⁹

O tratamento do hipotireoidismo permanece o mesmo pela vida toda. O objetivo é repor o hormônio tireoidiano que está faltando no organismo. Normalmente, os pacientes idosos começam com doses menores de levotiroxina, um hormônio produzido sinteticamente, para permitir que o organismo vá se ajustando aos novos níveis de hormônio.² A dose vai sendo aumentada aos poucos, a cada quarto a seis semanas, até que os exames mostrem que os níveis de hormônio tireoidiano voltaram ao normal.²

Hipertireoidismo

O hipertireoidismo não é tão comum quanto o hipotireoidismo. Os principais sintomas a observar são:^{4,10}

- Perda de peso, mesmo alimentando-se normalmente
- Ansiedade e irritabilidade
- Frequência cardíaca muito alta (às vezes, mais de 100 batimentos por minuto)
- Olhos saltados, esbugalhados
- Mãos trêmulas
- Sensação de muita fraqueza
- Perda de cabelos
- Movimentos intestinais frequentes
- Unhas que crescem muito depressa
- Pele fina e muito lisa
- Sudorese maior do que a habitual
- Períodos menstruais anormais

Hipertireoidismo não tratado pode levar a uma arritmia (taxa irregular de contrações do músculo cardíaco)¹⁰ até a ataques cardíacos. Além disso, em mulheres menopausadas, o hipertireoidismo aumenta o risco de osteoporose (perda de massa óssea) e potencialmente a fraturas fatais.¹⁰

Em qualquer idade, o objetivo do tratamento do hipertireoidismo é reduzir a quantidade de hormônio tireoidiano no organismo, mas as maneiras de atingir esse objetivo devem ser adaptadas a cada pessoa, especialmente no caso de idosos. Entre os tratamentos temos cirurgia, medicamentos antitireoide e tratamento por iodo radioativo, para bloquear a produção de hormônio. Porém, a remoção cirúrgica da tireoide, muitas vezes, pode ser um risco muito alto.² O tratamento deve ir sendo monitorado com cuidado, uma vez que as mudanças de nível de hormônio tireoidiano podem afetar o coração.²

Para mais informações

Se você quiser mais informações sobre disfunção tireoidiana, entre nos seguintes sites: www.thyroidweek.com www.thyroid-fed.org

É preocupante saber que as disfunções tireoidianas frequentemente passam despercebidas em idade mais avançada, quando os sintomas são menos perceptíveis do que em jovens. Os sintomas também podem ser erroneamente vistos como 'parte do processo de envelhecimento',² o que deixa as pessoas em risco de não receber o apoio necessário e, portanto, ficar sem o devido tratamento.

1. American Thyroid Association. Thyroid Function Tests. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/FunctionTests_brochure.pdf. Accessed March 2009.
2. American Thyroid Association. Thyroid disease in the older patient. 2005. http://www.thyroid.org/patients/brochures/ThyroidDisorderOlder_broch.pdf. Accessed March 2009.
3. American Thyroid Association. ATA Hypothyroidism Booklet. Falls Church, VA 2003.
4. American Thyroid Association. Hyperthyroidism. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hyper_brochure.pdf Accessed March 2009.
5. American Thyroid Association. Hypothyroidism. 2005 http://www.thyroid.org/patients/brochures/Hypo_brochure.pdf. Accessed March 2009.
6. Roberts CG, Ladenson PW. Hypothyroidism. *Lancet*. 2004; **363**: 793–803.
7. Biondi B, Cooper DS. The clinical significance of subclinical thyroid dysfunction. *Endocr Rev*. 2008; **29**: 76–131.
8. Rodondi N, Aujesky D, Vittinghoff E et al. Subclinical hypothyroidism and the risk of coronary heart disease: a meta-analysis. *Am J Med*. 2006; **119**: 541–51.
9. Tan ZS, Beiser A, Vasan RS et al. Thyroid function and the risk of Alzheimer disease: the Framingham Study. *Arch Intern Med*. 2008; **168**: 1514–20.
10. American Association of Clinical Endocrinologists. Hyperthyroidism. 2006. http://www.endo-nurses.org/toolbox/pdf/patient_education/AACE%20Hyperthyroidism.pdf. Accessed March 2009.

Esta campanha tem o apoio de

