

# Hipotiroidismo: Tratamiento y control

## ¿Cómo se trata el hipotiroidismo?

El tratamiento médico se realiza con levotiroxina, y su objetivo es llevar los niveles de T4 y TSH a rangos normales y revertir los síntomas. La levotiroxina es una forma sintética de la hormona tiroxina (T4) que es igual a la que produce la tiroides.

Generalmente los síntomas comienzan a mejorar en las primeras semanas de iniciado el tratamiento. Sin embargo, en pacientes con síntomas muy severos puede tardar más.

## ¿Cómo se toma la levotiroxina?

Se debe tomar una vez al día, de preferencia en la mañana, 30-60 minutos antes del desayuno, con agua. El café disminuye su absorción, por lo cual no debe tomar café al menos hasta 60 minutos después de haber ingerido el medicamento.

## ¿Qué pasa si se olvida tomar levotiroxina una mañana?

El éxito del tratamiento depende de la regularidad del uso del fármaco. Si se olvida tomarlo en la mañana, hay que hacerlo en cuanto lo recuerde. Si bien la absorción puede no ser óptima, es mejor que saltarse un día completo.

## ¿Cuáles son las causas frecuentes de un tratamiento inadecuado y de no lograr niveles normales de hormonas con el tratamiento?

La causa más frecuente es el olvido. Basta no tomar la levotiroxina un día cada semana para que los niveles sean en promedio un 15% inferior a lo deseado.

La otra causa frecuente es no tomarlo en ayuna o hacerlo junto con algún medicamento que interfiera en la absorción.

## ¿Cuáles medicamentos pueden interferir en la dosis de la levotiroxina? ¿Qué se debe hacer en esos casos?

- **Fierro, calcio:** Deben tomarse al menos 4 horas después de la levotiroxina.
- **Colestiramina, colestipol, sucralfato:** Deben tomarse al menos 4 horas luego de la levotiroxina.
- **Inhibidores de la bomba de protones como omeprazol, lanzoprazol, tabletas antiácidas:** Deben usarse al menos una hora después de levotiroxina.
- **Anticonceptivos, estrógenos, anticonvulsivantes:** Pueden influir en la dosis de levotiroxina, pero su uso no está contraindicado. Lo importante es que antes de iniciar un tratamiento con cualquiera de estos fármacos de manera crónica debe informar al médico.

## ¿Es posible cambiar la marca de levotiroxina?

Una vez elegida una marca, el ideal es no cambiarse a otra, ya que pueden existir diferencias en la absorción y condicionar alteraciones en los niveles hormonales. De decidirse un cambio, debe informar a su médico y re-controlarse seis semanas luego del cambio.

## ¿Cuáles son las dosis a utilizar? ¿Cuándo y cómo se ajustan?

Se indica una dosis inicial de levotiroxina específica a cada paciente y se realiza un control de la TSH seis semanas después, que es el tiempo en el cual se logra el equilibrio de concentración en la sangre. En ese momento, dependiendo de los niveles de TSH, se evalúa si es necesario realizar una nueva adecuación de dosis. En caso de ser necesario modificar, debe re-testearse la TSH en seis semanas. Este proceso se repite hasta lograr niveles de TSH en rangos normales.

## ¿Cuánto dura el tratamiento con levotiroxina?

El tratamiento con levotiroxina es, en general, para toda la vida, salvo pocas excepciones. Luego de identificada la dosis óptima, se indican controles anuales, aunque en algunos casos puede ser necesario que sean más seguidos.

### ¿En qué casos es necesario cambiar las dosis de levotiroxina?

La necesidad de cambio en las dosis de la levotiroxina (LT4) se basa en los niveles de TSH y T4. Es posible que se deba cambiar la dosis en los siguientes casos:

- Progresión del hipotiroidismo.
- Embarazo.
- Después del parto.
- Inicio o suspensión de anticonceptivos.
- Enfermedades gastrointestinales que disminuyan la absorción de la levotiroxina.
- Inicio reciente de antiácidos.
- Cambio importante de peso.
- Pacientes mayores.

Nunca realice cambio de dosis sin consultar antes, ya que exceso de hormonas o déficit pueden provocar problemas importantes en la salud.

### Situaciones especiales

- **Mujeres en edad fértil con deseo de embarazo:** Toda mujer en edad fértil, con deseo de embarazo y en tratamiento con levotiroxina, debe mantener un buen control antes de planificar el embarazo.
- **Embarazo:** Durante el embarazo, en general, los requerimientos de hormonas tiroideas aumentan. Por lo tanto, toda mujer embarazada en tratamiento con levotiroxina debe controlarse apenas se confirme el embarazo, y subir la dosis de levotiroxina según indicación del médico tratante. En general, debe controlarse cada 4 semanas las primeras 20 semanas del embarazo, y una vez estable los niveles, mantener un control trimestral. Luego del parto en general se vuelve a la dosis pre-embarazo, sin embargo debe controlarse entre 4 a 6 semanas postparto.
- **Hipotiroidismo subclínico:** En algunos casos el hipotiroidismo es muy leve y podría causar síntomas menores que no son específicos. Estos casos se manifiestan con niveles normales de T4 y con niveles levemente elevados de TSH. La decisión de tratar depende de una serie de factores que se deben discutir con el médico tratante.