



## EL HIPOTIROIDISMO: UN PROBLEMA POCO ABORDADO EN LA POSMENOPAUSIA

**Por Álvaro Monterrosa-Castro**

Profesor de la Facultad de Medicina. Universidad de Cartagena.  
Director Grupo de Investigación Salud de la Mujer  
[alvaromonterrosa@gmail.com](mailto:alvaromonterrosa@gmail.com)

**E**l hipotiroidismo es un trastorno hormonal crónico que se caracteriza por la producción hormonal inadecuada de la pequeña glándula en forma de mariposa que está ubicada en la cara anterior del cuello.

Las hormonas tiroideas son fundamentales para el adecuado funcionamiento del organismo. No obstante, a partir de los 40 años, disminuye cada vez más la función de la glándula tiroides; por tanto, la frecuencia del hipotiroidismo se incrementa con la edad. Usualmente al inicio suele ser asintomático y posteriormente se expresa de diferentes maneras, especialmente: fatiga, apatía, indiferencia, excesiva sensibilidad al frío, estreñimiento, marcada sequedad de piel, hinchazón de la cara, ronquera, debilidad o dolores musculares, rigidez o inflamación articular, cabello adelgazado y quebradizo, fragilidad de uñas, ritmo cardíaco lento, inexplicable tristeza, deficiencias en la memoria, crecimiento exagerado de la glándula tiroides y aumento inexplicable de peso.

*“El hipotiroidismo es un problema de salud pública que reduce las posibilidades del envejecimiento saludable y gratificante.”*



GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
“SALUD DE LA MUJER”

El sexo femenino suele ser particularmente afectado por el hipotiroidismo; se señala que es de cinco a veinte veces más frecuente entre mujeres que en varones. En mujeres en posmenopausia se asocia con varias complicaciones médicas que afectan el bienestar y las condiciones de salud: trastornos del sueño, osteoporosis, alteración del colesterol y triglicéridos, obesidad, estado de ánimo depresivo y trastornos alimentarios, debido a la disminución de las funciones cerebrales, circulatorias y digestivas. Además, se puede acompañar de enfermedades neurológicas, psiquiátricas y cardiovasculares. Todo lo anterior explica las razones por las cuales el hipotiroidismo es un problema de salud pública que reduce las posibilidades del envejecimiento saludable y gratificante.

El hipotiroidismo empeora los síntomas de la menopausia y la reducción de los estrógenos contribuye con el deterioro de la función del tiroides. Los síntomas del hipotiroidismo pueden ocultar las manifestaciones de la menopausia, que se derivan de la reducción del estrógeno ovárico, y viceversa. Ello contribuye con el retraso en el diagnóstico oportuno de ambas condiciones.

Se han informado diferencia en la frecuencia del hipotiroidismo según condiciones étnicas; suele ser más frecuentemente entre poblaciones blancas o mestizas y menos entre las afrodescendientes.

posibilidad que células de las glándulas mamarias cambien hacia células malignas; y la finalización de la lactancia conlleva que células dañadas sean naturalmente destruidas por el mecanismo denominado apoptosis, impidiendo su conversión en células malignas.

**“ Se señala que el hipotiroidismo es de cinco a veinte veces más frecuente entre mujeres que en varones. ”**

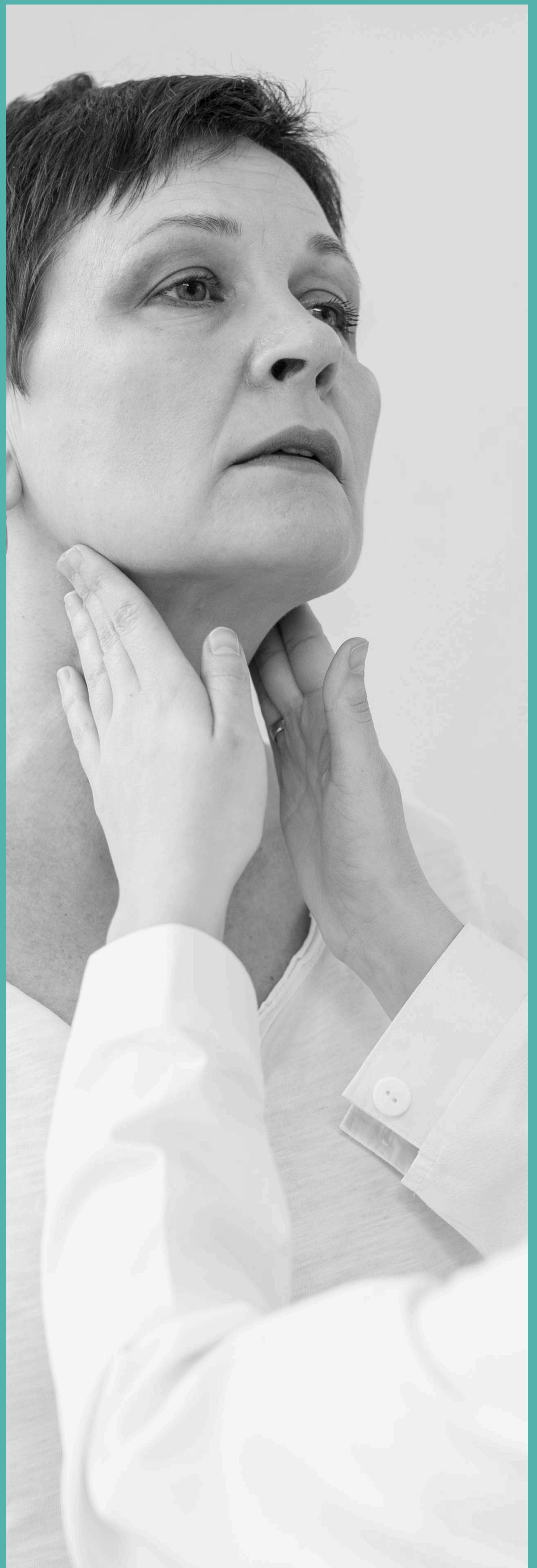
El hipotiroidismo se puede deber a muchos factores, especialmente: el incremento en la edad o envejecimiento, deficiencia en la ingesta de yodo, enfermedad inflamatoria o inmunológica de la glándula tiroides, tratamientos radioactivos, cirugía en el tiroides o radioterapia en la cabeza. Muy recientemente se ha señalado que el sobrepeso y la obesidad, incrementan notablemente la presencia de hipotiroidismo en mujeres en posmenopausia.

Si bien cualquier persona puede presentar hipotiroidismo, tendrán más posibilidades de presentarlo: las mujeres en posmenopausia, tener el antecedente familiar de enfermedad del tiroides, padecer enfermedades inmunológicas, diabetes, haber recibido tratamiento con yodo radiactivo, radioterapia en cabeza o haber sido sometida a cirugía en el tiroides.

**“ Las hormonas tiroideas son fundamentales para el adecuado funcionamiento del organismo. No obstante, a partir de los 40 años, disminuye cada vez más la función de la glándula tiroides. ”**

Como a medida que avanza la edad, el hipotiroidismo suele progresar y contribuir con el deterioro cardiovascular; la Asociación Americana del Tiroides y la Asociación Americana de Endocrinólogos Clínicos, recomiendan realizar rutinariamente la exploración de la función tiroidea en mujeres desde que están en la transición a la menopausia, es decir, desde aproximadamente los 45 años en adelante.

Cuando existen alteraciones en las hormonas del tiroides, se realiza tratamiento farmacológico que contribuye de forma eficaz en la reducción de la sintomatología y en la prevención de las potenciales complicaciones. El diagnóstico temprano y el tratamiento oportuno son sencillas intervenciones que contribuyen con la adecuada salud tiroidea. El objetivo del tratamiento es lograr que los niveles de las hormonas tiroideas regresen a lo normal; lo cual se ha demostrado que mejora la calidad de vida.



El Grupo de Investigación Salud de la Mujer viene adelantando el estudio “Posmenopausia y Tiroides en Mujeres Colombianas”, para identificar en mujeres saludables que ya dejaron de menstruar, la presencia de los diferentes síntomas del hipotiroidismo y la coexistencia con los síntomas menopáusicos. Además, busca establecer en mujeres colombianas la capacidad que tienen dos escalas para ayudarnos a realizar la sospecha diagnóstica del hipotiroidismo subclínico (en mujeres que tienen la enfermedad, pero no presentan síntomas) y del hipotiroidismo clínico (cuando la enfermedad se expresa con síntomas, pero no son identificados).

El estudio que está avalado institucionalmente por la Universidad de Cartagena y ganador en una de las convocatorias internas, involucra a mujeres que se consideren saludables, que realicen sus actividades cotidianas en casa o en el trabajo, que tengan uno o más años de haber dejado de menstruar y que no hayan sido diagnosticadas con enfermedades del tiroides. Las interesadas en participar pueden escribir al email: [saluddelamujer@unicartagena.edu.co](mailto:saluddelamujer@unicartagena.edu.co)

Bajo la orientación de los integrantes del Grupo de Investigación, estas mujeres en posmenopausia llenan una encuesta, se les miden las hormonas tiroideas, asisten a una conferencia sobre hipotiroidismo en la menopausia y reciben orientación de acuerdo con el resultado obtenido en las pruebas realizadas.

En Colombia son pocas las investigaciones que se han realizado sobre hipotiroidismo en mujeres, se considera que pueden afectar entre el 18 y 26% de las que tienen 35 y más años. No se han realizado estudios en menopáusicas residentes en el Caribe colombiano. Existe poca sensibilización entre las mujeres e incluso entre sus médicos, sobre lo importante de la evaluación del funcionamiento de la tiroides después de la menopausia y sobre la pertinencia de realizar tratamiento y seguimiento. Ya que las mujeres viven cada vez más años después de presentar la menopausia, el tratamiento óptimo del hipotiroidismo es imprescindible.



**Si usted desea participar en el estudio, recibir información de eventos comunitarios, envíe un mensaje de WhatsApp a 3157311275 o al 3003747122 y uno de los investigadores le contactará. También puede escribir al email: [saluddelamujer@unicartagena.edu.co](mailto:saluddelamujer@unicartagena.edu.co)**

El presente Blog hace parte del proceso de formación en escritura científica para los integrantes del Grupo de Investigación Salud de la Mujer.

**Editado:** Dr. Álvaro Monterrosa-Castro,  
Director Grupo de Investigación Salud de la Mujer.  
[alvaromonterrosa@gmail.com](mailto:alvaromonterrosa@gmail.com).

Para más información:  
[saluddelamujer@unicartagena.edu.co](mailto:saluddelamujer@unicartagena.edu.co)  
Síguenos en nuestras redes sociales:  
[@saluddelamujer](https://www.instagram.com/saluddelamujer)



**Universidad  
de Cartagena**  
Fundada en 1827



GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
“SALUD DE LA MUJER”