

# "TENGO HIPOTIROIDISMO ¿Y AHORA QUÉ?"

Si te han diagnosticado hipotiroidismo, aquí hay algunas cosas que debes saber



**Terapia con levotiroxina:** tu médico te recetará un medicamento llamado levotiroxina sódica, que es una hormona tiroidea.



Esta terapia te ayudará a mantener tus niveles hormonales en un rango normal y aliviará los síntomas del hipotiroidismo.



**Toma regular del medicamento:** es importante que tomes la levotiroxina todos los días, por la mañana y en ayunas. Sigue las indicaciones de tu médico sobre la dosis y la forma de tomarlo.



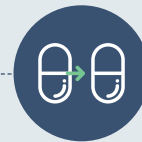
Recuerda que el hipotiroidismo es una condición crónica, pero con el tratamiento adecuado y el seguimiento médico, puedes llevar una vida saludable y activa.



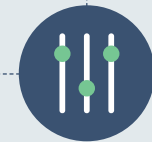
**Condiciones gastrointestinales:** si tienes condiciones como infección por *Helicobacter pylori*, enfermedad celíaca, intolerancia a la lactosa o gastritis crónica atrófica, pueden afectar tus necesidades de levotiroxina. En este caso habla con tu médico para que pueda ajustar tu terapia, en consecuencia.



**Influencia de la dieta:** algunos alimentos o bebidas, como la soja, las fibras, el café o la papaya, pueden afectar en la absorción de la levotiroxina. Presta atención para no consumirlos al mismo tiempo que tomas el medicamento y coméntalo con tu médico si sigues una dieta rica en fibras y soja.



**Interferencias con la absorción:** algunos medicamentos o suplementos, como el omeprazol, pantoprazol, hierro o calcio, pueden afectar la absorción de la levotiroxina. Asegúrate de informar a tu médico si estás tomando alguno de estos medicamentos.



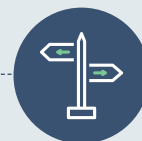
**Control regular:** al principio de la terapia, es posible que necesites realizar análisis de sangre con mayor frecuencia para verificar tus niveles hormonales. Tu médico te indicará cuándo y con qué frecuencia debes realizar estos análisis.



**Persistencia de síntomas:** si experimentas síntomas persistentes del hipotiroidismo, es importante que lo menciones a tu médico para que pueda evaluar si es necesario ajustar tu tratamiento.



**Seguimiento médico:** no modifiques ni interrumpas tu terapia sin consultar a tu médico.



Es fundamental seguir las indicaciones médicas, tomar el medicamento regularmente y realizar los análisis de seguimiento según las indicaciones recibidas.

En general, un diagnóstico a tiempo y un tratamiento adecuado, junto con un correcto cumplimiento de la terapia, permiten gestionar satisfactoriamente el hipotiroidismo y llevar una vida normal.