

# DIARIO DE LOS SÍNTOMAS

Controlar los síntomas es fundamental para gestionar eficazmente la salud de tu tiroides. El diario de los síntomas puede ayudarte a realizar un seguimiento. Descarga e imprime nuestro diario para registrar tus síntomas con precisión, lo que te permitirá comentar con tu médico detalles importantes de la salud de tu tiroides.

Nombre ----- Edad -----

Fecha de inicio de la terapia para el hipotiroidismo (levotiroxina) (si procede) -----

Fecha de cambio a nueva terapia para el hipotiroidismo (si la ha prescrito el médico) -----

No hay que preocuparse si se siguen experimentando síntomas nada más iniciar la terapia, ya que ésta puede tardar algún tiempo en hacer pleno efecto. No obstante, es importante respetar el tratamiento y seguir las indicaciones establecidas por el médico.

## SYMPTOMS ASSESSMENT

**X** Indicar con una "X" la posible presencia del síntoma en el transcurso de una semana

**☆** Indicar con ☆ la fecha del ciclo menstrual

**O** Indicar con "O" la fecha de la visita de control con el médico

MES	ENE	FEB	MAR	ABR	MAY	JUN
	JUL	AGO	SEP	OCT	NOV	DIC

		DIA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31			
SÍNTOMA	Cansancio																																			
	Fatiga y debilidad muscular																																			
	Menor tolerancia al esfuerzo físico																																			
	Intolerancia al frío																																			
	Sequedad de la piel																																			
	Pérdida del cabello																																			
	Fragilidad de las uñas																																			
	Somnolencia																																			
	Sensación de tristeza persistente																																			
	Ciclo menstrual irregular																																			
	Disfunciones sexuales																																			
	Calambres, rigidez e inflamación de las articulaciones																																			
	Latido cardíaco lento o irregular																																			
	Voz ronca, bajada del tono de la voz																																			
	Pérdida de memoria																																			
	Dificultad para concentrarse																																			
	Aumento de los valores del colesterol																																			
	Estreñimiento																																			
	Retención de líquidos																																			
Varios																																				
Varios																																				

No debe considerarse que los datos aportados en el sitio web [www.feelthyroid.com](http://www.feelthyroid.com) sustituyen la relación médico-paciente o la visita al especialista. Se recomienda consultar siempre a tu médico o especialista para cualquier dato e indicación incluidos en el presente.

