

"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.