

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Aug 30, 2022

Hipotireoidismo

Ter uma tireoide hipoativa significa que seu corpo não está produzindo o suficiente dos hormônios necessários para obter energia dos alimentos. Algumas pessoas com tireoide hipoativa não percebem nenhum sintoma. Mas outras pessoas se sentem cansadas e desanimadas. Sua pele pode ficar seca e você pode perder alguns fios de cabelo. Os comprimidos podem ajudar a substituir os hormônios do corpo.

O que é uma tireoide hipoativa?

A tireoide é uma pequena glândula no pescoço. Ele produz hormônios, que circulam pelo corpo no sangue. O principal hormônio produzido pela tireoide é a tiroxina. Se a glândula tireoide não produz tiroxina suficiente, você tem o que os médicos chamam de hipotireoidismo.

A tiroxina ajuda a controlar a velocidade com que o corpo produz e utiliza a energia dos alimentos. Seu médico pode dizer se você tem níveis baixos de tiroxina por meio de um exame de sangue.

Se a tireoide parar de produzir hormônios suficientes, geralmente é porque ela foi danificada pelo sistema imunológico. É mais provável que você tenha esse tipo de hipotireoidismo se alguém da sua família o tiver.

Há outros motivos menos comuns pelos quais a glândula tireoide deixa de funcionar adequadamente. Ele pode ser danificado por cirurgia, radioterapia, alguns medicamentos ou outro problema médico. Talvez você precise fazer exames para descartar outras causas. Algumas mulheres desenvolvem uma tireoide hipoativa após o parto. Isso geralmente é temporário.

Quais são os sintomas?

Pode ser fácil não perceber os sintomas de uma glândula tireoide hipoativa. Em geral, elas são leves e bastante vagas. O médico pode solicitar exames de sangue para verificar se a tireoide está hipoativa.

Se você tiver uma tireoide hipoativa, poderá apresentar alguns desses sintomas:

Hipotireoidismo

- Sentir-se cansado ou deprimido
- Pensar mais lentamente ou com menos clareza do que o normal
- Ter pele seca
- Engordar
- Sentindo o frio mais do que o normal
- Prisão de ventre
- Períodos irregulares, se você for mulher.

Se uma tireoide hipoativa não for tratada, seus sintomas podem piorar gradualmente. Depois de alguns meses ou anos, você pode perceber que está se sentindo mal:

- ter pele muito seca e escamosa
- ter cabelos grossos ou perder parte de seus cabelos
- engordar, mesmo que não esteja comendo mais do que o normal
- sentir-se deprimido
- sentir-se lento e ter dificuldade para pensar com clareza
- ter uma voz rouca.

Quais tratamentos funcionam?

Uma glândula tireoide hipoativa é tratada com comprimidos de hormônio. Esses comprimidos contêm o hormônio tiroxina. O nome completo da tiroxina de reposição é levotiroxina. Você provavelmente precisará de tratamento para o resto da vida.

Se você tiver sintomas de tireoide hipoativa, tomar levotiroxina fará com que você se sinta melhor.

- Normalmente, toma-se um comprimido de levotiroxina por dia com o estômago vazio. A maioria das pessoas o toma antes do café da manhã.
- A dose de levotiroxina que você toma precisa ser ajustada cuidadosamente para garantir que não haja excesso. Seu médico iniciará com uma dose baixa e a aumentará gradualmente. Você precisará de exames de sangue regulares para verificar se a dose é adequada para você.
- Pode levar várias semanas até que você perceba alguma diferença em seus sintomas. Mas a levotiroxina deve fazer com que você se sinta menos cansado e preguiçoso. Se você estava com prisão de ventre ou deprimido, esses sintomas também devem melhorar.

É importante não tomar uma quantidade excessiva de tiroxina. Se a dose for muito alta, você pode ter um batimento cardíaco anormal (fibrilação atrial) ou seus ossos podem ficar muito finos. Seu médico o tratará com a menor dose possível para evitar esses problemas.

Se o seu nível de tireoide estiver apenas um pouco abaixo do normal e você não tiver nenhum sintoma, converse com seu médico sobre o que é melhor para você. Talvez você

Hipotireoidismo

não precise tomar a tiroxina imediatamente. Em vez disso, o nível da tireoide deve ser verificado regularmente.

O que vai acontecer comigo?

Se a tireoide hipoativa não for tratada, os sintomas podem piorar gradualmente. Mas, com o tratamento, você poderá levar uma vida normal e ativa.

Onde obter mais ajuda

Há muitas organizações que oferecem ajuda a pessoas com problemas de tireoide. Por exemplo, no Reino Unido, a British Thyroid Foundation (btf-thyroid.org) oferece apoio a pessoas afetadas por problemas de tireoide.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

