



**GLUTEN
INTOLERANCE
GROUP**



La Enfermedad Celiaca y las Condiciones Tiroideas

Actualizado a julio del 2020

La Enfermedad Celiaca y Enfermedad de la Tiroides: La Conexión

Investigadores han encontrado que las enfermedades autoinmunes de la tiroides son más comunes en personas con enfermedad celiaca que en la población general.

Las razones detrás de esta conexión no son totalmente claras, pero estos son los hechos reconocidos:

- Es probable que la enfermedad tiroides y la enfermedad celiaca ocurren juntos porque las dos son enfermedades autoinmunes comunes.
- Hay pruebas que indican que la enfermedad celiaca puede predisponer una persona a desarrollar otras condiciones autoinmunes, tal como la enfermedad de la tiroides.
- La enfermedad tiroides es a menudo diagnosticada antes que la enfermedad celiaca; es posible que médicos hagan más pruebas para enfermedad tiroides que para la enfermedad celiaca porque es tan común.

¿Que es la Función de la Glándula Tiroides?

La tiroides es una glándula pequeña justo debajo de su nuez de Adán. Esta glándula produce hormonas tiroideas, cuyas función principal es regular el metabolismo. Estas hormonas afectan cada sistema en el cuerpo y ayudan a controlar sus funciones, por ejemplo la regulación de temperatura.

Enfermedad de la Tiroides

Si la glándula tiroides ya no produce cantidades suficientes de hormonas, provoca una reducción en el metabolismo del cuerpo. Esta condición se conoce como hipotiroidismo. Si la tiroides empieza a producir cantidades excesivas de hormonas, causa una aumentación significativa en el metabolismo. Esta condición se conoce como hipertiroidismo. La enfermedad de Graves y la enfermedad de Hashimoto son dos causas comunes del hipotiroidismo y del hipertiroidismo (respectivamente). Las dos son condiciones autoinmunes. Una condición autoinmune es una en la cual el sistema inmune del cuerpo ataca sus propios tejidos.

Enfermedad de Graves

- El sistema inmune del cuerpo ataca la tiroides y causa que produce una cantidad excesiva de las hormonas tiroideas (el hipertiroidismo).
- El hipertiroidismo es menos común que el hipotiroidismo.

Preguntas para su médico

¿Debo tomar medicamento para esta condición?

¿Por cuánto tiempo necesitaré tomar la medicina y cómo voy a saber cuándo dejar de tomarlo?

¿Cuáles son los efectos secundarios de estas medicinas?

¿Con qué frecuencia necesitaré una prueba de sangre para monitorear el efecto de esta medicina en mi cuerpo?

¿Debo tomar suplementos nutricionales?

¿Podría tener intolerancias a otros alimentos?

¿Dónde puedo obtener un estudio de densidad de los huesos?

¿Cómo puedo obtener información acerca de la dieta?

¿Con qué frecuencia debo dar seguimiento con el médico? Con la dietista?

- Síntomas Comunes:
 - Pérdida de peso
 - Pulso rápido
 - Protuberancia de los ojos
 - Sintiendo demasiado calor
 - Nerviosismo
 - Insomnio
- Irritabilidad
- Palpitaciones del corazón
- Diarrea
- Debilidad de los Músculos

Enfermedad de Hashimoto

- El sistema inmune ataca la tiroides, lo cual causa una reducción en la producción de la hormona tiroides (hipotiroidismo).
- Es posible sufrir del hipotiroidismo y no tener síntomas por años, hasta que su cuerpo esté particularmente estresado, por ejemplo después del embarazo o después de una enfermedad traumática.
- Los síntomas pueden ser muy sutiles y no específicos, y se pueden parecer a otras enfermedades, así que es importante discutir con su médico una prueba de la hormona estimulante de la tiroides (TSH) si usted sufre de cualquiera de estas síntomas:
 - Cansancio
 - Aumento de peso
 - Piel seco
 - Sintiendo frío a menudo, y temperatura corporal baja
 - Pelo áspero y seco, o pérdida de pelo
 - Glándula tiroides aumentada en el cuello
 - Niveles altos del colesterol
 - Mareo
 - Depresión
 - Calambres en los músculos
 - Estreñimiento
 - Concentración reducido o dificultad en acordarse de cosas
 - Latido reducido
 - Piel amarillento
 - Náusea
 - Falta de coordinación

Pruebas para Función Tiroides

- La prueba para la hormona estimulante de la tiroides (TSH) es considerado la mejor prueba para la detección de problemas con el funcionamiento de la tiroides. Después de obtener los resultados de esto, es posible que el medico quisiera hacer pruebas mas especificas para determinar si el problema tiene un origen autoinmune o no.
- Si una persona esta diagnosticada con el hipotiroidismo, el médico recetará un reemplazo para la hormona tiroides. Hay diferentes niveles de esto, así que definir la dosis correcta puede tomar un poco de tiempo.
- Tratamiento para el hipertiroidismo es más complicado. Normalmente se trata con medicamentos anti-tiroides, pero si la condición persiste, es posible que requeriría yodo radioactivo o cirugía.
- Si no responde positivamente a cualquier tratamiento de hormona tiroides, discute con su médico la posibilidad de hacer una prueba para enfermedad celiaca, ya que es posible que no esté absorbiendo el medicamento.

El Hipotiroidismo y la Dieta sin Gluten

- Algunos pacientes con enfermedad celiaca han reportado una reducción en la cantidad de hormona tiroides reemplazado que necesitan después de estar en la dieta sin gluten por un periodo de tiempo.
- ¿Como se explica esto? Una razón es que la dieta sin gluten permite que el intestino delgado cura, y por lo tanto el medicamento tiroides puede ser mejor absorbido. También es posible que la dieta sin gluten resulta en inflamación reducida, incluyendo en la glándula tiroides.

Se puede reproducir este documento solamente para propósitos educativos.

Más información útil está disponible en www.GLUTEN.org.

Los avances en el área de enfermedad celiaca ocurren rápidamente. Si ha pasado más que 2 años desde la fecha de este documento, visita nuestro sitio Web para documentos actualizados.

Esta información no se debe utilizar para diagnosticar o tratar desordenes relacionados al gluten, ni otras condiciones médicas. Para preguntas sobre estas condiciones, consulta con su médico cuando está considerando esta información.

El grupo de GIG en su área local puede también ser un recurso.

Gluten Intolerance Group (GIG)
31214 – 124th Ave. S.E.
Auburn, WA 98092-3667

Teléfono: 253-833-6655
Fax: 253-833-6675

www.GLUTEN.org
customerservice@GLUTEN.org

A través del apoyo, y para el beneficio de consumidores, la misión del Grupo de Intolerancia al Gluten (Gluten Intolerance Group, GIG) es de preparar y autorizar la comunidad 'gluten-free' con poderes que informa y educa.

Para hacer una donación o hacerse un voluntario con GIG, visita nuestro sitio Web o llame a la oficina al 253-833-6655.