



GLUTEN
INTOLERANCE
GROUP™



La Enfermedad Celiaca y las Condiciones Tiroideas

Actualizado a mayo del 2022

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. Asimismo, es más común que individuos con enfermedad tiroidea desarrollen enfermedad celiaca, comparada con la población general. A menudo se diagnostica la enfermedad tiroidea antes que la enfermedad celiaca, ya que es más común hacer las pruebas para enfermedad tiroidea.

Las razones que explican esta conexión no son totalmente claras, pero estos son los hechos reconocidos:

- Es probable que la enfermedad tiroidea y la enfermedad celiaca ocurren juntos porque las dos son enfermedades autoinmunes relativamente comunes.
- Hay pruebas que indican que la enfermedad celiaca puede predisponer a una persona a desarrollar otras condiciones autoinmunes, tal como la enfermedad de la tiroides.

¿Que es la función de la glándula tiroides?

La tiroides es una glándula pequeña justo debajo de la manzana de Adán. Esta glándula produce hormonas tiroideas, cuya 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 Hashimoto y la enfermedad de Graves 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 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 seca
 - 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

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.
- 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

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 médico quisiera hacer pruebas mas específicas para determinar si el problema tiene un origen autoinmune o no.

Tratamiento

- Si una persona esta diagnosticada con el hipotiroidismo, el médico generalmente 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 una persona no responde a medicamentó tiroide, se debe considerar pruebas para la enfermedad celiaca, ya que esa puede causar mala absorcion de medicamentos.

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.

Este boletín educativo ha sido producido por el Grupo de Intolerancia al Gluten (Gluten Intolerance Group, GIG), una organización registrada 501(c)3. Si desea más información sobre GIG entra a www.gluten.org.

GIG tiene la misión de hacer la vida más fácil para todas las personas que viven sin gluten.

Esta información es solo para propósitos educativos. Consulte con su equipo de salud cuando considere esta información. Se puede reproducir este documento para propósitos educativos. Para solicitar permiso para reproducir este boletín con cualquier otro propósito, contacte:

Gluten Intolerance Group (GIG)
31214 – 124th Ave. S.E.
Auburn, WA 98092-3667
Phone: 253-833-6655
Fax: 253-833-6675
customerservice@gluten.org

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