



**SIN COPYWRITING**

## **Hipotiroidismo primario: consideraciones para una buena utilización del tratamiento con levotiroxina**

### **Decálogo para expertos y para menos expertos**

#### **Fuente**

<https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-hipotiroidismo-primario-consideraciones-una-buena-S0025775309010070?code=90vwfAGHLpsl7y8iYCF5tKUVoZTc1k&newsletter=true>

1. Es necesario informar al paciente que el tratamiento con levotiroxina es de por vida.
2. Los pacientes deben conocer que la dosis de la levotiroxina hay que tomarla en ayunas, 30 a 60 min antes del desayuno (con agua) para facilitar su absorción.
3. Cuando la TSH se encuentra elevada (> doble del límite alto de la normalidad) y la T4I se mantiene en la mitad superior del rango normal con dosis demasiado altas de levotiroxina, conviene sospechar una mala adherencia al tratamiento sustitutivo.
4. Si la concentración de la TSH permanece elevada en los pacientes con buena adherencia al tratamiento a pesar de una dosis correcta (o a veces alta) de levotiroxina, hay que sospechar la presencia de «factores de confusión» como interferencias alimentarias y farmacológicas, o bien enfermedades asociadas que originen malabsorción.
5. Siempre que sea posible, conviene distanciar unas 4 a 6h la ingesta de la levotiroxina de la de otros fármacos e informar de las posibles interferencias, especialmente si se encuentran en la lista facilitada en la tabla 2.
6. Cuando se inicie o se finalice un tratamiento con alguno de estos fármacos es necesario monitorizar las concentraciones de la TSH y ajustar la dosis de la levotiroxina, si es preciso.
7. Para monitorizar el tratamiento sustitutivo, la determinación aislada de la TSH es adecuada en la mayoría de los pacientes. La principal excepción sería el hipotiroidismo central (hipofisario e hipotalámico), que requiere la determinación de T4I.
8. En situaciones de enfermedad coronaria inestable y durante la gestación (o con deseo de gestación) el control especializado es especialmente recomendable y las pacientes en edad fértil deben de estar informadas sobre la conducta para seguir.
9. Ocasionalmente, pueden detectarse alteraciones de las pruebas de función tiroidea sin que haya enfermedad en la tiroides.
10. Es posible que los comprimidos de las distintas marcas de levotiroxina disponibles no sean bioequivalentes y, en consecuencia, no se puedan intercambiar.



## CON COPYWRITING

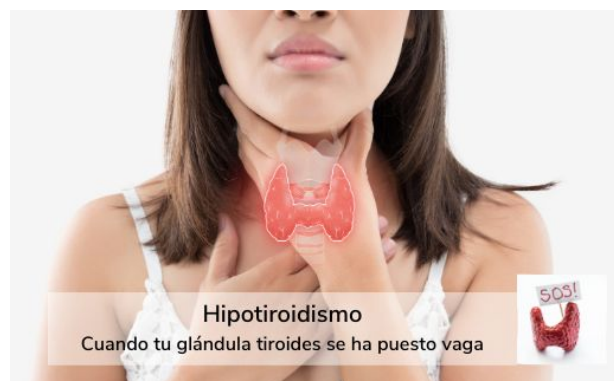
### Instructivo para pacientes con hipotiroidismo. ¿Cómo debo tomar mi medicación?

Comencemos por el principio ¿Qué es el hipotiroidismo?

Todos tenemos una **glándula llamada tiroides** que se encuentra en el cuello.

En tu caso tu tiroides está liberando **menor cantidad** de unas hormonas que produce hormonas tiroideas triyodotironina (la llamaremos T3) y tiroxina (la llamaremos T4) y son necesarias para que tu organismo funcione correctamente.

**Tu glándula tiroides se ha puesto vaga y ya no quiere trabajar tanto.**



Es muy importante que sepas que vamos a tener que ayudar a tu glándula tiroides con una **medicación que se llama levotiroxina.**

Sin esta medicación es como tratar de hacer andar el auto sin gasolina. **La medicación levotiroxina tendrás que tomar de por vida.**





## ¿Cómo debes tomar tu medicación de levotiroxina?

Deberás tomarla con **un vaso de agua en ayunas 30 a 60 minutos antes del desayuno** para facilitar su absorción.

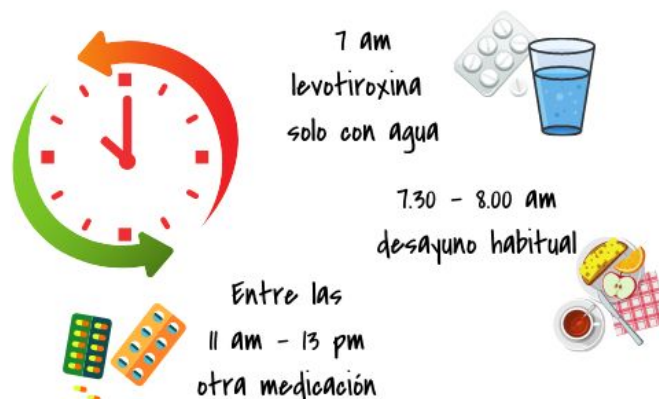
## Si tengo otras medicaciones que ya estoy tomando o debo tomar ¿cómo hago?

Es importante para poder ayudarte que menciones si te encuentras tomando otras medicaciones, pues debo evaluar si interfieren o no con tu dosis de levotiroxina.

Si otros médicos te indican otros medicamentos luego de comenzar tu toma de levotiroxina es necesario que lo menciones y me contactes lo antes posible.

***Siempre que sea posible, conviene que tomes la levotiroxina sola y que los otros fármacos los tomes 4 a 6 horas después de esta hora.***

Ejemplo: suponte que te despiertas a las 7 am



## ¿Puedo comprar este medicamento de otro marca más económica o distinta a la que te he indicado?

Es posible que los medicamentos de distintas marcas de levotiroxina no tengan el mismo efecto .



***Es como la gasolina, tú sabes que no es lo mismo cargar el tanque de tu auto con marca A que con marca B.***

Por lo tanto si tienes algún inconveniente con la compra de esta marca que te he indicado o si no puedes conseguirla por alguna razón es importante me lo comentes rápidamente para elegir una opción adecuada para tu situación.

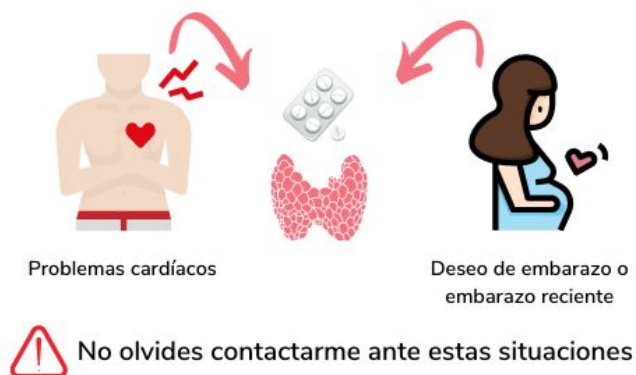
## ¿Tengo que comunicarle algo más?

Sí.

Si en algún momento tienes algún tipo de **problema urgente con tu corazón** y te diagnostican **enfermedad coronaria**, no olvides mencionarle al médico que te atienda que estás recibiendo levotiroxina.

Cuando te sientas mejor no olvides pedir una cita conmigo para decidir la estrategia para continuar tu tratamiento de tu hipotiroidismo.

También si **deseas ser mamá o has quedado embarazada** es importante que lo comuniques. Otras hormonas que aparecen durante el embarazo influenciarán a tus hormonas tiroideas, por ello es importante que pidas citas para decidir la mejor estrategia para continuar el tratamiento de tu hipotiroidismo.



Si tienes alguna pregunta más, no dudes en contactarme.  
Email [doctordelatiroides@xxx.com](mailto:doctordelatiroides@xxx.com)  
Teléfono xxx- xxx-xxx

Fuente bibliográfica científica del instructivo

<https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-clinica-2-articulo-hipotiroidismo-primario-consideraciones-una-buena-S0025775309010070?code=90vwfAGHLpsi7y8iYCF5tKUVoZTc1k&newsletter=true>



## ¿Qué dicen los pacientes cuando leen ambos instructivos?

### Testimonios de lectores

“Me pareció bárbaro porque el otro documento (el decálogo) no indica muy bien cómo hay que tomar la medicación”

Graciela

“El instructivo médico habla de T3 y T4 como si la gente entendiera qué significa eso, además es muy largo y no aclara mucho las cosas. El instructivo médico cuando dice “monitorizar el tratamiento sustitutivo” es muy rebuscado.

El instructivo para pacientes es mucho más conciso y está claro con los ejemplos. El primero depende del alcance (de conocimientos) de cada persona.”

Laura

“Está bueno dejar bien en claro en el instructivo para los pacientes de que el tratamiento es de por vida. Como paciente es difícil hacer entrar en la cabeza que hay algo que vas a tener que tomar de por vida, incorporarlo dentro de la rutina o los hábitos.”

Marcela