

APPORTO IODICO NELL'ETA' EVOLUTIVA

Il fabbisogno giornaliero di iodio deve essere rispettato durante l'età evolutiva. Il lattante ne riceve con il latte materno un'adeguata quantità a condizione che la madre segua un'alimentazione equilibrata che preveda l'impiego di alimenti ricchi di iodio come pesce e latte, utilizzi la giusta quantità di sale iodato ed, eventualmente, assuma integratori. Il neonato allattato con latte formulato non dovrebbe avere problemi, in quanto tutti i prodotti in commercio sono arricchiti con iodio secondo precise indicazioni degli enti regolatori.



FUNZIONE TIROIDEA NELL'ANZIANO

Si stima che il numero di ultra-sessantacinquenni in Italia raggiunga il 22% e quello degli ultraottantenni il 6,7% della popolazione globale, dati destinati a raddoppiare nei prossimi 25 anni. In particolare, l'ipotiroidismo lieve può raggiungere una prevalenza del 15-20% nelle donne ultrasettantenni. L'ipotiroidismo è stato associato a disturbi metabolici e cardiovascolari. L'ipertiroidismo colpisce l'1-2% della popolazione generale, e supera il 5% negli anziani residenti in aree con carenza iodica. Nell'anziano i sintomi dell'ipertiroidismo sono sfumati e la concomitante presenza di altre patologie può avere un ruolo confondente.



I principali sintomi sono perdita di peso, riduzione della massa muscolare, cadute accidentali con fratture da osteoporosi e soprattutto sintomi cardiovascolari, quali palpitazioni e fibrillazione atriale. Altri segni possono essere tremori fini e disturbi cognitivi di varia entità con irritabilità e/o depressione. Rispetto al giovane adulto, l'anziano risulta più vulnerabile all'eccesso di ormoni tiroidei, per cui il trattamento va intrapreso tempestivamente, anche nelle forme lievi o subcliniche, per prevenire le complicanze cardiovascolari e metaboliche.



Per conoscere le iniziative della tua città:
www.settimanamondialedellatiroide.it

La Settimana Mondiale della Tiroide si celebra dal 21 al 27 MAGGIO 2017.

Scopo della manifestazione è sensibilizzare l'opinione pubblica e il mondo scientifico sui crescenti problemi legati alle malattie dellatiroide, con particolare riguardo all'azione preventiva della iodoprofilassi.

Realizzato presso il Dipartimento di Medicina Clinica e Sperimentale (Sezione Endocrinologia) Università di Pisa ©2017 powered by paco



SETTIMANA MONDIALE DELLA TIROIDE



Tiroide e Benessere

21-27 MAGGIO

2017

CON IL PATROCINIO
DELL'ISTITUTO
SUPERIORE DI SANITÀ

FUNZIONE TIROIDEA E BENESSERE

La tiroide è una ghiandola che, attraverso la secrezione degli ormoni tiroidei, regola numerose funzioni metaboliche del nostro organismo. Un eccesso (ipertiroidismo) o difetto (ipotiroidismo) della produzione degli ormoni tiroidei influisce sulla qualità della vita e sul nostro benessere.

L'ipertiroidismo induce una accelerazione di tutti i processi metabolici causando dimagrimento, cardiopalmo, irrequietezza, tremori e irritabilità. L'identificazione di questi sintomi consente la diagnosi precoce e un trattamento efficace.

Al contrario, nell'ipotiroidismo il paziente è iporeattivo e rallentato nei processi cognitivi come se avesse "le batterie scariche". Può lamentare un marcato senso di stanchezza, rallentamento psicomotorio e talvolta anche difficoltà di concentrazione. Quando l'ipofunzione tiroidea è grave e perdura da tempo si può arrivare a quadri di depressione. La terapia sostitutiva con levotiroxina, il principale ormone prodotto dalla tiroide, è in grado di correggere queste alterazioni, ripristinando una situazione di normale stato tiroideo e migliorando nettamente la qualità della vita e lo stato di benessere. In un'epoca di medicina personalizzata il paziente deve essere attentamente monitorato perché la quantità di levotiroxina necessaria per normalizzare lo stato tiroideo varia da individuo a individuo, in rapporto anche a variazioni dell'assorbimento del farmaco.



La Levotiroxina deve essere assunta almeno mezz'ora prima di colazione, evitando la concomitante assunzione di sostanze/farmaci

interferenti nell'assorbimento del medicinale, quali soia, crusca, calcio, ferro, succo di pompelmo, farmaci gastroprotettori.

Oggi è disponibile un'ampia gamma di formulazioni della levotiroxina, dalle classiche compresse (che richiedono questa attesa prima della colazione), alle capsule molli e alle fiale liquide per uso orale, che consentono un adattamento alle esigenze del singolo paziente.

La terapia con levotiroxina ha come obiettivo, non solo la normalizzazione dei valori ormonali, ma la correzione dei disturbi che l'ipofunzione tiroidea comporta, in altre parole il ripristino di una condizione di pieno benessere.



PROFILASSI IODICA IN GRAVIDANZA

Un corretto apporto di iodio nella gestante è fondamentale sia per la donna che per il bambino. Lo iodio infatti è il componente essenziale degli ormoni tiroidei che



garantiscono nel feto un corretto sviluppo del sistema nervoso centrale. In gravidanza la tiroide materna deve supplire il feto ed il fabbisogno di ormone tiroideo e quindi di iodio è aumentato.

Per questo motivo la correzione del deficit nutrizionale di iodio nella gestante rappresenta un obiettivo primario dei programmi di iodoprofilassi consigliati dalla Organizzazione Mondiale della Sanità.

La gestante dovrà far fronte all'aumentato fabbisogno di iodio, circa 250 µg al giorno, non con un incremento del consumo di sale, dannoso soprattutto in gravidanza, ma ricorrendo a fonti alternative e in particolare agli integratori minerali, nei quali è generalmente presente lo iodio nella quantità di 150 µg per compressa. Dal momento che oggi molte gravidanze sono programmate è opportuno che l'integrazione di iodio venga effettuata con largo anticipo.