

Impacto do Hipotireoidismo no Bem-Estar Mental e Qualidade de Vida

Impact of Hypothyroidism on Mental Well-Being and Quality of Life

Ítalo Carneiro de Oliveira

<https://orcid.org/0009-0004-3718-9545>

Graduado em Farmácia

Centro Universitário de Excelência (UNEX)

Italotim7@gmail.com

Fernanda Alves Quinaud

<https://orcid.org/0009-0005-1090-6003>

Graduanda em Medicina

Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF)

fernanda.quinaud@estudante.ufjf.br

Leonardo Cesar de Lima

<https://orcid.org/0009-0005-1430-0922>

Graduado em Medicina

Universidade Federal de Mato Grosso

leolima2001@yahoo.com.br

Jennyfer Souza Andrade

<https://orcid.org/0009-0002-7614-293X>

Graduanda em Medicina

Universidade Nove de Julho - Campus Guarulhos

andradesjennyfer@gmail.com

Gustavo Francisco Santos da Silva

Graduando em Medicina

Universidade Estadual de Maringá

gusfran11@hotmail.com

RESUMO

Introdução:

O hipotireoidismo, uma disfunção endócrina caracterizada pela produção insuficiente de hormônios tireoidianos (TSH, T3 e T4), afeta uma proporção significativa da população mundial, com maior prevalência entre mulheres. A condição está associada a sintomas físicos debilitantes, como fadiga, ganho de peso e intolerância ao frio, além de impactos consideráveis no bem-estar mental e na qualidade de vida. Esses impactos incluem depressão, ansiedade, dificuldades cognitivas e isolamento social, o que evidencia a necessidade de abordagens de saúde multidisciplinares para manejo eficaz da condição.

Objetivo: Identificar os impactos do hipotireoidismo na saúde mental e na qualidade de vida, bem como os fatores que agravam essas condições, para embasar estratégias de mitigação. **Metodologia:** Foi realizada uma revisão sistemática da literatura nas bases de dados PubMed, Scopus e Embase, utilizando os termos “hypothyroidism”, “mental health”, “quality of life” e “psychological impact”. A busca inicial identificou 128 artigos. Após aplicação de critérios de exclusão, 92 artigos foram descartados por não atenderem aos critérios estabelecidos: estudos que não analisavam diretamente o impacto do hipotireoidismo na saúde mental ou qualidade de vida, artigos em idiomas diferentes de

inglês, português ou espanhol e revisões narrativas. Foram incluídos artigos publicados entre 2013 e 2023, com foco em adultos, abordando impacto psicológico ou qualidade de vida, com base em estudos clínicos, revisões sistemáticas ou metanálises. Ao final, 10 artigos foram selecionados para análise detalhada. **Discussão:** O hipotireoidismo está claramente associado a efeitos adversos significativos na saúde mental e na qualidade de vida. Estudos revisados apontam uma prevalência elevada de transtornos depressivos e ansiosos entre os pacientes, o que está relacionado à importância dos hormônios tireoidianos na regulação do humor e das funções cognitivas. Além disso, sintomas físicos crônicos, como fadiga persistente, agravam o impacto emocional e prejudicam a qualidade de vida. Embora a reposição hormonal com levotiroxina seja eficaz para tratar os sintomas físicos, muitos pacientes continuam apresentando sintomas mentais, indicando que o manejo da condição deve ir além do controle hormonal. Fatores como diagnóstico tardio, subdosagem hormonal e condições autoimunes associadas, como tireoidite de Hashimoto, também contribuem para a piora dos quadros clínicos. Abordagens multidisciplinares que combinem reposição hormonal, suporte psicológico e intervenções no estilo de vida têm demonstrado maior eficácia no enfrentamento desses desafios. No entanto, a dificuldade de acesso ao diagnóstico precoce e ao tratamento adequado permanece uma barreira significativa, especialmente em sistemas de saúde com recursos limitados. **Conclusão:** O hipotireoidismo tem um impacto abrangente na saúde mental e na qualidade de vida, reforçando a importância de estratégias terapêuticas que incluam tratamento hormonal e suporte psicológico. Apesar de avanços no manejo clínico da doença, desafios persistem, sobretudo no reconhecimento dos sintomas não físicos e na implementação de abordagens integradas de cuidado. Pesquisas futuras devem explorar intervenções personalizadas e acessíveis para aprimorar os cuidados e garantir melhorias substanciais na qualidade de vida dos pacientes.

Palavras-chave: Hipotireoidismo, qualidade de vida, saúde mental, impacto psicológico, transtornos do humor.