

Hipotireoidismo: Impactos Multissistêmicos e Estratégias para Saúde Física e Mental

Hypothyroidism: Multisystem Impacts and Strategies for Physical and Mental Health

Ítalo Carneiro de Oliveira

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

Graduado em Farmácia

Centro Universitário de Excelência (UNEX)

Italotim7@gmail.com

João Felipe Donaire Rapozero

<https://orcid.org/0009-0007-0246-7690>

Graduado medicina

USP SP

joao.rapozero@gmail.com

Nelson Pinto Gomes

MD, MSC, PhD, Médico Especialista em Psiquiatria pela Ordem dos Médicos portador da cédula profissional nº59515, Membro do Conselho Científico da European Medical Association em Bruxelas como Expert em Psiquiatria, Membro Associado da World Medical Association (WMA), Mestre em Peritagem Médica e Avaliação do Dano Corporal e Associado da Associação Portuguesa de Avaliação do Dano Corporal (APADAC) no 1017. Médico especialista em psiquiatria pela Ordem dos Médicos em Portugal

npgomes5@hotmail.com

Francisco Leonardo de Araújo Sampaio

franciscoaraujo0163@gmail.com

Acadêmico de medicina

Centro Universitário Metropolitano de Manaus (CEUNI-FAMETRO)

Ártemis Sandra Borges Nunes Costa

<https://orcid.org/0009-0008-5151-4251>

Jornalista, Arquiteta e Urbanista, Mestre em

planejamento Urbano (UnB),

Medicina (1º semestre), Medicina - Unifan

artemis.unifan@gmail.com

Jhenifer Gabriele Dourado Santolin

Graduando em Medicina

UnRV Campus Goiânia

jhenifer.santolin@gmail.com

Marcos Henrique Soares Cunha

<https://orcid.org/0009-0004-8760-6079>

Graduando em medicina

Universidad Central del Paraguay

marcoshsoaresc@gmail.com

Amanda Souza Moreira

<https://orcid.org/0000-0001-5192-1764>

Graduada em Medicina

Centro Universitário Christus (UNICHRISTUS)

amandsmoreiraa@gmail.com

RESUMO

Introdução O hipotireoidismo é uma condição endócrina caracterizada pela produção insuficiente de hormônios tireoidianos, essenciais para a regulação do metabolismo, crescimento e desenvolvimento corporal. Afetando cerca de 5% da população mundial, com prevalência mais elevada entre mulheres e idosos, esta disfunção apresenta um impacto significativo na saúde global. No Brasil, estima-se que aproximadamente 10% das mulheres acima de 60 anos sofram com a condição. As principais causas incluem a deficiência de iodo, particularmente em regiões endêmicas, e condições autoimunes como a tireoidite de Hashimoto. Fatores genéticos e ambientais também desempenham um papel relevante no seu desenvolvimento. Seus sintomas abrangem desde manifestações físicas, como fadiga, ganho de peso, intolerância ao frio e constipação, até alterações psicológicas e cognitivas, incluindo depressão, ansiedade e dificuldades de memória. A relevância da condição é intensificada pelo fato de que, mesmo com tratamento, muitos pacientes continuam a apresentar sintomas, ressaltando a necessidade de abordagens mais abrangentes para o manejo adequado do hipotireoidismo. **Objetivo** Examinar os efeitos do hipotireoidismo na saúde física e mental, com foco em suas manifestações clínicas, desafios terapêuticos e estratégias multidisciplinares para manejo. **Metodologia** Foi realizada uma revisão sistemática em bases de dados como PubMed, Scopus e Embase, utilizando os termos “hypothyroidism”, “physical health”, “mental health” e “quality of life”. A seleção incluiu artigos publicados entre 2013 e 2023. Para garantir a relevância, aplicaram-se critérios de exclusão, como estudos que não abordassem diretamente os efeitos do hipotireoidismo na saúde física ou mental, publicações em idiomas diferentes de inglês, português ou espanhol, e revisões narrativas. Foram identificados inicialmente 130 estudos. Após triagem baseada em relevância e qualidade, 12 artigos foram selecionados, abordando aspectos clínicos e revisões sistemáticas da relação entre a condição e a qualidade de vida. **Discussão:** Os hormônios tireoidianos exercem funções essenciais em diferentes sistemas corporais, o que explica a ampla variedade de manifestações clínicas do hipotireoidismo. Entre os sintomas mais comuns estão a fadiga persistente, o ganho de peso, a intolerância ao frio e alterações cardiovasculares, como bradicardia, que comprometem a funcionalidade diária dos pacientes e reduzem sua qualidade de vida. Além disso, o hipotireoidismo está associado a alterações no metabolismo lipídico, aumentando o risco de dislipidemia e doenças cardiovasculares. Problemas de fertilidade também podem ocorrer, incluindo ciclos menstruais irregulares e infertilidade. Na saúde mental, a condição está associada a altas taxas de transtornos depressivos, ansiedade e comprometimento cognitivo, como dificuldades de memória e concentração. Esses sintomas frequentemente persistem mesmo em pacientes tratados com reposição hormonal, indicando a necessidade de abordagens além do controle hormonal convencional. Ademais, condições autoimunes, como a tireoidite de Hashimoto, frequentemente intensificam os impactos psicológicos devido à inflamação crônica. **Conclusão:** O hipotireoidismo exerce impactos substanciais na saúde física e mental dos indivíduos, afetando profundamente sua qualidade de vida. Embora a reposição hormonal seja eficaz na redução de muitos sintomas, os desafios relacionados à persistência de alterações cognitivas e psicológicas indicam a necessidade de uma abordagem integrada no tratamento. A implementação de medidas que combinem o controle hormonal com intervenções multidisciplinares pode oferecer resultados significativamente melhores. Pesquisas futuras devem explorar estratégias inovadoras, incluindo terapias personalizadas e o uso de biomarcadores, para promover um cuidado mais abrangente e eficaz aos pacientes com hipotireoidismo.

Palavras-chave: hipotireoidismo, saúde física, saúde mental, qualidade de vida, tireoidite de Hashimoto, reposição hormonal, tratamento multidisciplinar, diagnóstico tardio.