

RESUMO - CIÊNCIAS DA SAÚDE

**SOLUCOES EM TECNOLOGIA6014RIO DE
JANEIRO6229052522D2A9E91D061A9A91C16DFE16304A031**

Maria De Fatima Faustino Kruger (maria.kruger4718@soufcb.com.br)

HIPOTIREOIDISMO: ENTENDA AS CONDIÇÕES, SEUS SINTOMAS E TRATAMENTOS

Aluna: MARIA DE FATIMA FAUSTINO KRUGER, ORIENTADORES, Prof. Msc. Thiago Schroeder Mottas e Prof.^a Brunela Gomes Canal Mottas

INTRODUÇÃO: O hipotireoidismo é uma condição médica caracterizada pela produção insuficiente dos hormônios tireoidianos — triiodotironina (T3) e tiroxina (T4) — pela glândula tireoide. Esses hormônios desempenham papel fundamental na regulação de diversas funções do organismo, como o metabolismo energético, o funcionamento do sistema nervoso central e periférico, e o equilíbrio do sistema cardiovascular. Quando a produção hormonal é reduzida, o corpo passa a operar de forma mais lenta, o que pode

desencadear uma ampla variedade de sintomas, desde manifestações leves até complicações graves. Entre os sintomas mais comuns destacam-se fadiga constante, intolerância ao frio, ganho de peso inexplicável, constipação, queda de cabelo, pele seca e lentidão mental. Em casos mais avançados, o hipotireoidismo pode causar complicações cardiovasculares, alterações menstruais, infertilidade e até o coma mixedematoso, que representa uma emergência médica. A prevalência dessa condição é maior em mulheres, principalmente após os 40 anos, e em indivíduos com histórico familiar de doenças autoimunes. As causas mais frequentes incluem a tireoidite de Hashimoto, deficiência de iodo e efeitos colaterais de certos medicamentos.

OBJETIVOS: O objetivo deste estudo é reunir e analisar, por meio de uma revisão sistemática da literatura científica, as evidências disponíveis sobre a eficácia dos tratamentos atualmente utilizados no manejo do hipotireoidismo. Pretende-se identificar quais abordagens terapêuticas oferecem melhores resultados em relação à normalização dos níveis hormonais, controle dos sintomas e melhoria da qualidade de vida dos pacientes. Além disso, busca-se compreender o papel de estratégias complementares, como atividade física, alimentação equilibrada e acompanhamento médico contínuo, no sucesso do tratamento.

METODOLOGIA: A metodologia adotada consistiu em uma revisão sistemática de artigos científicos publicados nas bases de dados SciELO e PubMed. Foram selecionados estudos que abordassem o tratamento do hipotireoidismo tanto em populações idosas quanto em adultos em geral, a fim de obter uma visão mais ampla sobre a efetividade das terapias disponíveis. Os critérios de inclusão envolveram artigos publicados nos últimos dez anos, com metodologia clara e resultados relevantes relacionados à reposição hormonal e terapias complementares. Após a seleção, os dados foram analisados de forma qualitativa, enfatizando os benefícios, desafios e perspectivas futuras do tratamento.

RESULTADOS: Os resultados da pesquisa indicam que o manejo do hipotireoidismo exige práticas clínicas bem fundamentadas e acompanhamento contínuo. O tratamento mais utilizado é a reposição hormonal com levotiroxina sódica, que visa restaurar os níveis normais de T3 e T4 no sangue. A dosagem é ajustada de forma individualizada, levando em consideração fatores como idade, peso corporal, presença de comorbidades e resposta clínica do paciente. Além da terapia medicamentosa, evidências

apontam que a adoção de hábitos saudáveis, como prática regular de atividade física e alimentação rica em nutrientes essenciais, contribui para o equilíbrio metabólico e melhora significativa do bem-estar. Estratégias de educação em saúde e o monitoramento regular dos níveis de TSH são igualmente fundamentais para evitar complicações e garantir a eficácia do tratamento. CONCLUSÃO: Conclui-se que o tratamento do hipotireoidismo baseia-se principalmente na reposição hormonal com levotiroxina, associada a cuidados complementares que envolvem atividade física regular, alimentação equilibrada e acompanhamento médico periódico. A adesão adequada ao tratamento e o monitoramento constante dos níveis hormonais são indispensáveis para manter o equilíbrio metabólico e prevenir complicações a longo prazo. Portanto, o manejo do hipotireoidismo deve ser encarado de forma integrada, considerando não apenas a correção hormonal, mas também o bem-estar físico e emocional do paciente. Palavras-Chave: Fibromialgia. Fisioterapia. Dor crônica. Reabilitação funcional. Qualidade de vida. Exercícios terapêuticos. Sensibilização central.

Palavras-chave: Hipotireoidismo; Hormônios tireoidianos; Reposição hormonal; Levotiroxina; Qualidade de vida.

Palavras-chave: palavras-chave: hipotireoidismo; hormônios tireoidianos; reposição hormonal; levotiroxina; qualidade de vida.