

Politerapica - Terapie della Salute
Medicina Vicina

Convegno/Tavola rotonda

Ormoni in attesa.

La tiroide in gravidanza è importante per mamma e bambino

Sintesi dei lavori

PREMESSA 1

Salute non è solo assenza di malattia.

Salute è stato di completo benessere fisico, psichico e sociale. Dice l'OMS.

Non basta quindi curare ma è necessario anche prevenire, informare, sensibilizzare e promuovere comportamenti sani e orientati al benessere.

Questa è la ragione di questo e degli altri convegni organizzati da Politerapica, nell'ottica dell'interpretazione del principio di responsabilità sociale dell'impresa.

PREMESSA 2

L'endocrinologia è quella branca della medicina che si occupa della salute legata alle ghiandole endocrine e agli ormoni. Uno spettro vastissimo

- **molte le ghiandole endocrine**
 - ipotalamo
 - tiroide
 - paratiroide
 - timo
 - surrene
 - pancreas
 - ovaio
 - testicolo
 - ...

- **molte le funzioni degli ormoni prodotti da quelle ghiandole**
 - pressione arteriosa
 - sistema nervoso
 - crescita
 - sviluppo sessuale
 - funzione respiratoria, gastro-intestinale, riproduttiva, apparato scheletrico
 - ...

- **molti i problemi quando gli ormoni non funzionano**
 - diabete
 - osteoporosi
 - problemi di pressione arteriosa
 - obesità
 - impotenza
 - ...

- **molti i problemi quando non funzionano bene gli ORMONI TIROIDEI in GRAVIDANZA**
 - infertilità
 - poliabortività
 - parti pre-termine
 - basso peso alla nascita del bambino
 - ridotta performance neurologica del bambino
 -

INTRODUZIONE

La tiroide in gravidanza - prima, durante e dopo - è importante per mamma e bambino.

Ne abbiamo parlato con

- **Danila Covelli** - Endocrinologa
- **Silvia Nozza** - Ginecologa
- **Benedetta Raspini** - Biologa Nutrizionista

Ne abbiamo parlato con

- Tutti i presenti

Ha coordinato e moderato

- **Mario Salvi**

Un grosso grazie a

- **ASL di Bergamo** che ci ha ospitati
- **Dott.ssa Mara Azzi** che ha partecipato ai lavori
- **Dott. Emilio Pozzi** che ha partecipato ai lavori

LA TIROIDE

La tiroide è come il carburatore dell'auto:

miscela e fa utilizzare in modo adeguato il carburante (l'energia) nel nostro corpo.

Ghiandola a forma di farfalla,
localizzata alla base del collo,

la principale funzione è quella di produrre gli ormoni tiroidei: T3 e T4.

T3 e T4, riversati nel sangue, hanno molte funzioni,
la prima delle quali è quella di regolare il metabolismo.

Gli ormoni tiroidei sono costituiti principalmente da IODIO.

Lo IODIO rappresenta quindi il mattone con cui la tiroide costruisce gli ormoni tiroidei.

Alla tiroide sono **INDISPENSABILI** adeguate quantità di IODIO.

Lo IODIO viene assunto attraverso la dieta (in particolare, pesce e alghe)
MA NON SI TROVA IN QUANTITA' SUFFICIENTE:
è necessario utilizzare il sale arricchito di iodio per avere la giusta quantità di iodio giornaliera.

Nota:

la nostra dieta non fornisce sufficiente iodio

**IN PARTICOLARE NELLA BERGAMASCA QUESTO E' VERO: NON A CASO, LA MASCHERA
DI BERGAMO HA IL GOZZO!**

Infatti, senza abbastanza iodio, viene il gozzo!

Quando in famiglia qualcuno ha problemi tiroidei E' MOLTO PROBABILE CHE LI ABBIANO ANCHE GLI ALTRI.

Quando c'è familiarità, è più utile, opportuno, fare verifiche.

VERO O FALSO

- è falso che si può assumere iodio respirando l'aria del mare
- è falso che il sale marino è più ricco di iodio
- è falso che chi soffre di malattie tiroidee non deve usare sale iodato
- è vero che con la cottura si riduce la quantità di iodio contenuto negli alimenti (e nel sale)

TIROIDE IN GRAVIDANZA

L'indispensabilità di assumere abbastanza iodio vale sempre,
IN MODO PARTICOLARE IN GRAVIDANZA.

In gravidanza, la tiroide materna lavora per due:

- la mamma (che sta anche aumentando di peso e ne ha maggiore necessità) e
- il bambino che fino al 4° mese non ha tiroide propria e quindi dipende dalla mamma

INFLUENZE DELLA TIROIDE CON LA GRAVIDANZA

La tiroide ha attinenza con le condizioni prima, durante e dopo la gravidanza

- prima della gravidanza è il caso di valutare la funzionalità tiroidea perché
- una disfunzione tiroidea può rendere più difficile il concepimento
- una disfunzione tiroidea può provocare aborti ripetuti
- durante la gravidanza le patologie tiroidee potrebbero peggiorare
- crescita dei noduli
- comparsa di nuovi noduli
- peggioramento della funzione tiroidea

- durante la gravidanza è importante il controllo, quando la tiroide non funziona correttamente, per
- rischio di interruzione prematura
- rischio di parto pre-termine
- basso peso alla nascita del bambino
- dopo la gravidanza è importante rivalutare la funzionalità tiroidea della mamma (soprattutto se con familiarità) perché
- aumenta il rischio di sviluppare patologie tiroidee
- necessita di riadeguare la terapia, variando il peso corporeo

MESSAGGI

La funzione tiroidea

- si valuta con un semplice esame del sangue
- dovrebbe essere controllata
- SEMPRE, in caso di familiarità - compito del medico di medicina generale
- PRIMA DI UNA GRAVIDANZA, in caso di poliabortività o infertilità - compito del ginecologo
- deve essere controllata durante TUTTA LA GRAVIDANZA se pre-esisteva un problema tiroideo
- deve essere controllata DOPO LA GRAVIDANZA se pre-esisteva un problema tiroideo

Il malfunzionamento della tiroide viene controllato con la somministrazione di farmaci, ASSUMIBILI ANCHE IN GRAVIDANZA (sotto controllo medico).

L'alimentazione deve prevedere cibi contenenti iodio

In GRAVIDANZA, aumenta il fabbisogno, gli integratori normali potrebbero non bastare, può essere necessario che lo iodio venga anche somministrato.

NON è necessario utilizzare più sale di quello usuale per assumere più iodio, è molto meglio assumere SOLO sale iodato!

Ideale approccio per l'assistenza prima e durante la gravidanza di donne con problemi tiroidei è quello del team ENDOCRINOLOGO - GINECOLOGO - NUTRIZIONISTA
L'AMBULATORIO MULTIDISCIPLINARE permette infatti di porre la persona al centro di cure combinate, sinergiche e tempestive.

Lo IODIO è insapore e incolore.