

# Tiroide, difficile capire quando non funziona

**Endocrinologia.** Influenzando molti organi del corpo umano, i segnali non sono facilmente interpretabili

La tiroide è una ghiandola endocrina a forma di farfalla, localizzata alla base del collo, la cui dimensione varia da persona a persona, in base all'età e al peso corporeo. La sua funzione è produrre ormoni che rilascia nel sangue: questi si chiamano tiroxina e triiodotironina, meglio noti come FT4 ed FT3. È un organo essenziale per il nostro benessere: stimola l'attività della maggior parte delle cellule, influenza i processi di crescita e il metabolismo degli alimenti. Un suo malfunzionamento ha quindi ripercussioni su tutto l'organismo. Ce lo dice la Dott.ssa Danila Covelli, specialista di Endocrinologia che collabora con Politerapica di Seriate.

## L'ipofisi

La tiroide è regolata da una «centralina»: l'ipofisi, ghiandola localizzata nell'encefalo che produce un ormone chiamato TSH. Schematizzando il processo, si può dire che la tiroide riversa FT4 e FT3 nel sangue e l'ipofisi ne «misura» il livello in circolo: se il livello è basso, la tiroide viene stimolata dall'ipofisi a produrne di più ma se è alto, la tiroide viene bloccata. La tiroide ammalata però sfugge a questo controllo e gli ormoni in circolo restano o troppo bassi (ipotiroidismo) o troppo alti (ipertiroidismo). Più raramente lo squilibrio ormonale è dovuto a un malfunzionamento dell'ipofisi.

Il mattone con cui sono co-

stituiti gli ormoni tiroidei è lo iodio ma la tiroide per poter funzionare necessita anche di selenio. Iodio e selenio si assumono con l'alimentazione e solo in alcuni casi con specifici integratori. Per un'adeguata integrazione di iodio, sono necessari 3-5 grammi (meno di mezzo cucchiaino da caffè) al giorno di sale iodato (non sale marino); mentre non ci sono dati così precisi relativi al fabbisogno giornaliero di selenio. Lo iodio respirato al mare, invece, non influenza la funzione tiroidea, perciò non aggrava né cura le malattie della tiroide.

## Capire i segnali

Siccome la tiroide influenza molti nostri organi, i segnali di un suo malfunzionamento non sono specifici. I sintomi di ipo o ipertiroidismo includono debolezza, calo di concentrazione, alterazione del battito cardiaco e della pressione sanguigna, disturbi intestinali, variazioni di peso e nei bambini, anche rallentamento di crescita.

Il dosaggio del solo TSH è sufficiente per una prima valutazione della funzione tiroidea. L'esame è consigliato, almeno una volta nella vita, in chi ha familiarità per malattie tiroidee, in caso di persistenza dei sintomi elencati sopra, nelle donne dopo la menopausa o alla ricerca di una gravidanza. Altri approfondimenti diagnostici (tra cui l'ecografia tiroidea) saranno consigliati dal-



Danila Covelli



La tiroide è una ghiandola a forma di farfalla, alla base del collo

l'endocrinologo sulla base degli esami e della visita.

## L'ipotiroidismo

L'ipotiroidismo (carenza di ormoni tiroidei) è la disfunzione più frequente. Secondo le raccomandazioni degli esperti, la terapia sostitutiva di prima scelta è la levotiroxina. Oggi è disponibile in diverse formulazioni (compresse, soluzione liquida, capsule molli) e il dosaggio viene stabilito dall'endocrinologo sulla base del valore del TSH, dell'età del paziente, della causa dell'ipotiroidismo e della concomitante presenza di malattie o farmaci che alterano l'assorbimento intestinale. Essendo la terapia sostitutiva sicura e personalizzabile, anche chi è senza tiroide può condurre una vita normale, a patto che assuma correttamente e con regolarità le cure.

## La tiroidite di Hashimoto

La tiroidite di Hashimoto, scoperta all'inizio del '900 da un medico giapponese, è la causa più comune di ipotiroidismo. Un nome così complesso per

descrivere un errore del sistema immunitario che produce anticorpi contro le cellule tiroidee sane. Ne consegue un'infiammazione che danneggia la ghiandola e riduce la produzione di ormoni. La malattia colpisce, spesso dopo uno stress che ha ereditato da genitori o nonni un sistema immunitario non perfettamente sano.

La notizia positiva è che è meno grave tra le malattie autoimmunitarie (es. artrite reumatoide, sclerosi multipla, celiachia) perché quello che la tiroide fatica a produrre viene sostituito da un farmaco sicuro. La notizia negativa è che non si può prevenire; si consiglia quindi una valutazione endocrinologica in chi ha familiarità con l'ipotiroidismo. La raccomandazione vale soprattutto per le donne, perché le malattie autoimmuni colpiscono più spesso il sesso femminile e alcune fasi della vita della donna (post-parto, menopausa) sono eventi stressanti che spesso coincidono con la comparsa di disfunzioni della tiroide.