

SALUTE E BENESSERE

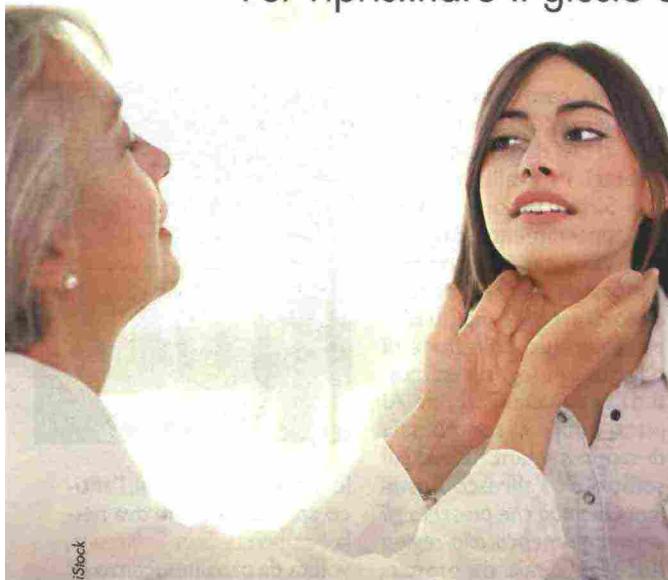
a cura di Simona De Vecchi

ENDOCRINOLOGIA

SE LA TIROIDE VA IN TILT

Facilmente soggetta ad alterazioni, quando non funziona in modo corretto, questa ghiandola manda alcuni segnali da cogliere al volo.

Per ripristinare il giusto equilibrio



I 25 maggio inizia la *Settimana mondiale della tiroide*, un'occasione per ricordare quanto sia importante la nostra piccola ghiandola a forma di farfalla, situata nel collo, che serve a regolare i processi metabolici e il consumo di energia. Funziona come un motorino che produce due ormoni: la tiroxina e la triiodotironina. Questa ghiandola è però facilmente soggetta ad alterazioni. Le donne sono le più colpite da disturbi alla tiroide, con una percentuale di 8 a 1 rispetto agli uomini.

Il meccanismo che regola i livelli degli ormoni tiroidei è complesso. È un equilibrio sottile, in cui entrano in gioco l'ipotalamo e il Tsh, l'ormone tireostimolante. L'i-

pofisi, però, può ridurre o aumentare il rilascio di Tsh in base alla diminuzione o all'aumento dei livelli degli ormoni tiroidei nel sangue.

«Le patologie tiroidee possono dipendere da alterazioni della funzionalità oppure della struttura, o di entrambe», - spiega Laura Fugazzola, responsabile

del Centro Tiroide, U.O. Endocrinologia e Malattie del Metabolismo dell'Auxologico San Luca di Milano. - Le alterazioni della struttura sono i noduli, mentre quelle della funzionalità sono di due tipi: l'ipertiroidismo, quando la tiroide funziona troppo, o l'ipotiroidismo, cioè quando funziona poco. Le cause più frequenti di queste due condizioni sono patologie autoimmuni, che insorgono quando il sistema immunitario attacca se stesso. Non è difficile intervenire, ma la causa non è eliminabile, perché è impossibile distruggere questi anticorpi. Possiamo agire andando a ripristinare la funzionalità della tiroide dando dall'esterno l'ormone tiroideo mancante. Ed è una terapia cronica».

L'ipotiroidismo è più difficile da diagnosticare, perché si manifesta lentamente: all'inizio si avverte soprattutto stanchezza. Ciò accade perché l'ormone ti-

roideo è proprio quello che ci dà energia.

«L'ipofunzionalità della tiroide porta a una ridotta metabolizzazione dei grassi, con aumento dei livelli di colesterolo», - prosegue l'esperta. - Se l'ipotiroidismo è più marcato, si possono manifestare anche cute secca e stitichezza. Nelle donne in età fertile le alterazioni del ciclo mestruale possono indicare sia ipo sia ipertiroidismo. L'ipertiroidismo, invece, è più semplice da diagnosticare, perché i sintomi sono più marcati: tachicardia, ipertensione, tremori agli arti superiori, irritabilità, nervosismo, ansia, sudorazione, senso di calore e, nella fase iniziale, dimagrimento, perché l'ipertiroidismo fa aumentare il metabolismo basale. Inoltre, l'esordio della malattia risulta più rapido».

IN CASO DI TUMORE

Dopo quello alla mammella, il tumore alla tiroide è il secondo più comune nella donna. Ha però una bassissima aggressività: in più del 90% dei casi, infatti, una volta asportata la tiroide, tutto torna nella norma e non occorrono né radioterapia.

«Dopo l'asportazione della tiroide si somministra in alcuni casi iodio radioattivo, - aggiunge la dottoressa Fugazzola. - È una terapia per bocca da fare in Medicina nucleare, anche in via precauzionale, in base all'esame istologico e all'eventuale aggressività del tumore. Andranno inoltre fatti controlli periodici per tutta la vita, che comprendono ecografia del collo e alcuni marcatori tumorali. Il paziente dovrà poi seguire una terapia a base di ormoni tiroidei per sempre. Gli ormoni andranno dosati in base all'età e al peso».

Valeria Cudini

Il ruolo dello iodio

Per garantire un efficace e sufficiente apporto giornaliero di iodio, necessario al buon funzionamento della tiroide, si può usare il sale iodato da aggiungere sia ai cibi crudi sia durante la cottura. Un'attenzione particolare va prestata in gravidanza quando il fabbisogno di iodio aumenta, perché la mamma deve provvedere anche alla tiroide del feto. Durante gravidanza e allattamento al seno, aumentando la quantità di iodio che la neomamma deve assumere, può rivelarsi necessario ricorrere a specifici integratori.