

Thyroid Thrive: evaluación de conocimientos

Respuestas correctas y consejos sobre la tiroides incluidos / Recurso de educación para el paciente

Instrucciones: Seleccione la mejor respuesta para cada pregunta. Después de cada pregunta, encontrará la respuesta correcta y un consejo sobre la tiroides.

1. ¿Qué significa «índice terapéutico estrecho»?

- A. El medicamento actúa rápidamente
- B. Una pequeña diferencia entre una dosis eficaz y una dosis insegura
- C. Solo se usa a corto plazo
- D. Medicamento muy costoso

Respuesta correcta: B – Una pequeña diferencia entre una dosis eficaz y una dosis insegura

Consejo sobre la tiroides: Con los medicamentos con índice terapéutico estrecho (NTI), como la levotiroxina, el margen entre una dosis que ayuda y una dosis que puede causar daño es muy pequeño. Por eso, su proveedor de atención médica controla cuidadosamente sus niveles de TSH y hace ajustes mínimos en la dosis.

2. ¿Por qué es importante ser constante con el medicamento para la tiroides?

- A. Reduce el costo
- B. Mantiene estables los niveles hormonales
- C. Mejora el sabor
- D. Hace que el medicamento actúe más rápido

Respuesta correcta: B – Mantiene estables los niveles hormonales

Consejo sobre la tiroides: Sus niveles de hormona tiroidea son sensibles a los cambios. Tomar el medicamento a la misma hora todos los días y usar siempre la misma formulación ayuda a mantener la TSH dentro del rango objetivo y a controlar los síntomas.

3. ¿Qué puede suceder si su dosis de hormona tiroidea es demasiado baja?

- A. Ansiedad
- B. Palpitaciones cardíacas
- C. Cansancio y aumento de peso
- D. Ningún síntoma
- E. C y D

Respuesta correcta: E – Cansancio y aumento de peso, o ningún síntoma

Consejo sobre la tiroides: Cuando su nivel de hormona tiroidea es demasiado bajo (hipotiroidismo), el metabolismo del cuerpo se vuelve más lento. Esto puede causar síntomas clásicos como cansancio, aumento de peso, confusión mental y sensación de frío; sin embargo, algunas personas pueden no presentar ningún síntoma notable.

4. ¿Qué puede suceder si su dosis de hormona tiroidea es demasiado alta?

- A. Cansancio
- B. Aumento de peso
- C. Ansiedad o ritmo cardíaco acelerado
- D. Estreñimiento

Respuesta correcta: C – Ansiedad o ritmo cardíaco acelerado

🌿 **Consejo sobre la tiroides:** Demasiada hormona tiroidea acelera el funcionamiento del cuerpo, como un motor que marcha demasiado rápido. Esto puede sobrecargar el corazón, alterar el sueño, causar nerviosismo e incluso afectar la densidad ósea con el tiempo.

5. Verdadero o falso: Cambiar de marca o formulación del medicamento para la tiroides no tiene importancia.

- Verdadero
- Falso

Respuesta correcta: Falso

🌿 **Consejo sobre la tiroides:** Las distintas marcas y los medicamentos genéricos pueden presentar pequeñas variaciones en la forma en que el cuerpo los absorbe. Incluso cambiar de un fabricante de medicamentos genéricos a otro puede alterar sus niveles de hormona tiroidea lo suficiente como para causar síntomas.

6. ¿Cuál de los siguientes factores puede afectar cómo actúa su medicamento para la tiroides?

- A. Ciertos alimentos y suplementos
- B. Cambiar de marca
- C. Diferentes formulaciones
- D. Todas las opciones anteriores

Respuesta correcta: D – Todas las opciones anteriores

🌿 **Consejo sobre la tiroides:** Muchos factores pueden afectar al mismo tiempo la absorción del medicamento para la tiroides: qué come, cuándo come, qué versión del medicamento toma e incluso cómo se fabrica la pastilla. Mantener estables todos estos factores ayuda a que sus niveles hormonales sean más predecibles.

7. ¿Qué debe hacer si el medicamento que recibe en la farmacia se ve diferente?

- A. Ignorarlo
- B. Dejar de tomarlo de inmediato
- C. Consultar con su farmacéutico o proveedor de atención médica
- D. Tomar una dosis adicional para compensar la diferencia

Respuesta correcta: C – Consultar con su farmacéutico o proveedor de atención médica

🌿 **Consejo sobre la tiroides:** Una pastilla con un aspecto diferente suele significar que la farmacia le entregó una versión genérica de otro fabricante. Su farmacéutico puede decirle exactamente qué cambió, y es posible que su proveedor de atención médica quiera volver a controlar sus niveles de TSH.

8. ¿Cuál es el mejor momento para tomar el medicamento para la tiroides?

- A. Con las comidas
- B. En cualquier momento del día
- C. Con el estómago vacío y con un vaso lleno de agua
- D. Antes de acostarse, con alimentos


Respuesta correcta: C – Con el estómago vacío y con un vaso lleno de agua

🌿 **Consejo sobre la tiroides:** Tomar el medicamento con el estómago vacío favorece al máximo su absorción. Los alimentos, especialmente los ricos en fibra, el café y los productos lácteos, pueden unirse al medicamento en el intestino e impedir que ingrese por completo al torrente sanguíneo. Esperar entre 30 y 60 minutos antes de comer marca una diferencia importante.

9. ¿Cuándo debe comunicarse con su proveedor de atención médica?

- A. Cuando cambien sus síntomas
- B. Cuando cambie su medicamento
- C. Cuando se sienta diferente después de volver a surtir su receta
- D. Todas las opciones anteriores

Respuesta correcta: D – Todas las opciones anteriores

 **Consejo sobre la tiroides:** Usted es quien mejor puede defender su propia salud. Cualquier cambio en la forma en que se siente, en el medicamento que recibió o en su rutina diaria puede ser relevante para el cuidado de la tiroides. No espere hasta su próxima cita programada si siente que algo no está bien. Su proveedor de atención médica prefiere que se comunique cuanto antes.