

Bajo la sombra de la mariposa: la lucha silenciosa de la tiroides en las mujeres

Gustavo Constenla Scabone
Director Escuela de Medicina
Universidad Andrés Bello

La tiroides, esa pequeña glándula con forma de mariposa ubicada en el cuello, guarda un poder inmenso sobre el cuerpo humano. Aunque a menudo ignorada, su influencia se extiende a prácticamente todos los sistemas del organismo, regulando desde el metabolismo hasta el estado de ánimo. Pero, cuando algo falla en su funcionamiento, el impacto puede ser devastador, especialmente en las mujeres. Estas enfrentan un riesgo mucho mayor de padecer trastornos tiroideos en comparación con los hombres, pero la mayoría no lo sabe.

Imagina a alguien que durante años atribuye su cansancio extremo y su constante aumento de peso al estrés de la vida cotidiana. Este escenario, tan común como trágico, encierra el problema más grande de las enfermedades de la tiroides: su diagnóstico tardío. La fatiga, los cambios de humor o la pérdida de peso inexplicada son síntomas que muchas mujeres ignoran o asumen como parte de su vida diaria. Pero detrás de ellos puede ocultarse una condición que, si no se aborda, puede llegar a comprometer su salud de manera severa.

Lo que hace a estas patologías tan particulares en las mujeres es la relación íntima entre las hormonas femeninas y la tiroides. Durante etapas como el embarazo, el posparto o la menopausia, la fluctuación hormonal puede desencadenar desequilibrios en la función tiroidea. Para algunas, esto se traduce en hipotiroidismo, una condición donde la glándula trabaja a ritmo lento, dejando al cuerpo sumido en una especie de letargo: piel seca, cabello quebradizo, dificultad para concentrarse, e incluso depresión. Para otras, el problema es el hipertiroidismo, una aceleración excesiva que genera ansiedad, sudoración constante y palpitaciones. Ambos extremos afectan la calidad de vida de formas drásticas.

Un aspecto desconcertante es que, en muchos casos, las afectadas no buscan ayuda médica de inmediato. El desconocimiento, sumado a la tendencia a minimizar los síntomas, crea un caldo

de cultivo perfecto para el subdiagnóstico. Así, millones de mujeres conviven con un problema que ni siquiera saben que tienen. Y no es hasta que las complicaciones comienzan a hacerse evidentes –como infertilidad, problemas cardíacos o un agotamiento físico extremo– que el diagnóstico finalmente llega.

Sin embargo, hay esperanza. El diagnóstico de las enfermedades tiroideas no es complicado; basta con un simple análisis de sangre que mida los niveles de ciertas hormonas clave. A pesar de esto, es importante considerar más allá de los resultados de laboratorio. Escuchar al paciente, atender sus síntomas y comprender su contexto son pasos fundamentales para evitar diagnósticos incompletos o erróneos.

La buena noticia es que los tratamientos disponibles son efectivos y permiten a las personas recuperar una vida plena. Desde medicamentos que regulan la producción hormonal hasta opciones más avanzadas como la cirugía o el tratamiento con yodo radiactivo, las alternativas son variadas y adaptables según cada caso. Pero para llegar a esta etapa, es indispensable superar esa barrera inicial de desinformación y silencio que rodea a estas enfermedades.

Es vital que más mujeres reconozcan la importancia de prestar atención a los cambios en su cuerpo. La educación juega un papel central: conocer los síntomas, saber que no son “normales” y entender que existen soluciones puede marcar la diferencia entre años de sufrimiento silencioso y una intervención a tiempo que cambie sus vidas.

No se trata solo de números ni de estadísticas. Se trata de vidas, de historias como la de Ana, quien después de años de sentir que no podía con el día a día descubrió que su fatiga no era falta de fuerza de voluntad, sino un problema médico. Se trata de todas aquellas mujeres que aún no saben que la respuesta a su malestar está más cerca de lo que imaginan.

La tiroides no es un enemigo invisible, pero su impacto sí lo es, al menos hasta ahora. El desafío está en romper el silencio, derribar los mitos y construir una sociedad donde ninguna mujer tenga que vivir con dudas sobre su salud. Porque, al final del día, cada cuerpo merece equilibrio, y cada persona merece bienestar.