

Todos los años y desde hace unos años, diferentes organizaciones internacionales celebran la **Semana Internacional para el Conocimiento del Tiroides**. El objetivo es el compartir el conocimiento contribuyendo o a que todo el mundo esté mejor informado. La glándula tiroides es muy pequeña, apenas unos gramos con forma de mariposa, que casi se puede tocar por encima del hueco del esternón. Su importancia estriba en que es allí donde se producen las hormonas tiroideas que son imprescindibles para que todas las demás actividades del organismo, desde el cerebro, al corazón, funcionen adecuadamente. Lo curioso es que los rudimentos de esta glándula se encuentran ya en especies primitivas que aparecieron hace millones de años y hoy la compartimos con todos los demás animales vertebrados. Tal vez algunos no sepan que el tiroides es una auténtica bomba capaz de atrapar el yodo desde el agua y los alimentos que ingerimos, pues sin el yodo no se pueden producir las hormonas tiroideas cuya estructura química es la de un aminoácido con diferentes átomos de yodo incorporados. Tal vez cuando los animales abandonaron el mar que es donde está la mayor parte del yodo, la evolución se encargó de “inventar” este extraordinario mecanismo de atrapar y concentrar el poco yodo que había fuera del mar, para que se produjeran la suficiente cantidad de hormonas tiroideas, imprescindibles para la vida. Así que si queremos garantizar que nuestro tiroides funcione bien lo primero que tenemos que hacer es cuidar que en nuestra dieta haya una cantidad de yodo suficiente. De todas las funciones de las hormonas tiroideas una de las más importantes es la de contribuir a la maduración cerebral del niño tanto en el periodo gestacional como a lo largo de los primeros años de la vida. Es esta una de las más importantes razones por las que hay que tomar en la dieta una cantidad suficiente de yodo. Hoy ya, afortunadamente, no nacen niños con cretinismo como los que se veían hace algunas décadas en aquellas regiones (en todo el mundo, también en Europa) en las que la cantidad de yodo en la dieta era muy baja. Numerosos estudios han mostrado que también una deficiencia ligera de yodo en la dieta se asocia con una mayor probabilidad de que los niños tengan una capacidad intelectual algo menor. Pero, además, el tiroides, como cualquier otra glándula puede enfermar. En unos casos puede funcionar en exceso y producir más hormonas tiroideas de las necesarias (hipertiroidismo), en otras menos (hipotiroidismo), en otras inflamarse (tiroiditis), en otros casos aumentar de tamaño (bocio) y, en ocasiones, ser el lugar donde aparezca un cáncer. Todos estos problemas pueden aparecer de manera aguda (como la tiroiditis) y en otros, la mayoría son de aparición lenta. Por razones que se desconocen parece que el número de personas con enfermedades del tiroides está aumentando lentamente a lo largo de los últimos años.

Esta semana internacional sobre el tiroides intenta recordar a toda la población, ya sean profesionales de la salud como si no, de la existencia de problemas fácilmente prevenibles pero de gran importancia para la salud pública como la deficiencia de yodo, así como de numerosos problemas clínicos, como los citados arriba, que, por lo general, tienen todos un buen pronóstico si se lleva a cabo un diagnóstico precoz. Este es el gran objetivo de esta **Semana Internacional para el Conocimiento del Tiroides**