



Dia Internacional da Tireoide

25 de maio



Qual é o cuidado que o médico tem que ter ao examinar um paciente, ao avaliar se ele está apto a praticar atividades físicas?



O médico precisa conhecer o histórico desse paciente, com a maior quantidade de informações possíveis e examiná-lo de uma maneira integral. Para o paciente que vai iniciar uma atividade física, é importante saber se ele tem um histórico de doenças tireoidianas ou autoimunes ou se tem casos na família. A partir daí, deve-se fazer o screening para a doença tireoidiana. Os médicos precisam estar atentos aos sintomas que possam fazer com que exista um grau de suspeita para o diagnóstico das doenças tireoidianas.

Se o paciente já tem um diagnóstico de doença tireoidiana previa é importante dosar as taxas dos hormônios para então avaliar se ele pode ou não iniciar a atividade física. Por exemplo, paciente com hipertireoidismo, com taxas de T4 livre alto, não compensado, não pode fazer atividade física, pois pode causar um estresse cardíaco grave e lesões musculares.



Já o hipotireoidismo pode causar fraqueza muscular e infiltração muscular subcutânea, gerando uma fraqueza geral, sintomas que devem ser tratados antes de retomar ou iniciar a atividade física.



www.tireoide.org.br





E no caso de jovens atletas (ou que querem ser atletas)?

- Geralmente o atleta é um jovem e deseja participar de jogos de competição e atividades físicas em geral. O que é recomendado para todas as idades como parte de uma vida saudável, porém, quando se tem mais de 30 anos ou alguma disfunção tireoidiana, existem alguns cuidados específicos que precisam ser tomados.
- Ao jovem que pretende ser atleta e que não possui alteração nos exames físicos ou histórico familiar de doenças tireoidianas é sugerida a análise clínica da disfunção. Através de exames de sangue são medidas as dosagens de TSH e T4. Não são necessários exames de imagem.
- Em relação aos atletas, especificamente que possam ter disfunção tireoidiana, é importante ressaltar que ele não precisa deixar de ser atleta e pode ser um atleta de elite. Basta que realize os devidos tratamentos e normalize suas taxas de hormônios da tireoide para que possa voltar às atividades.
- Em relação ao uso de hormônios tireoidiano, para o tratamento do hipotireoidismo, o Departamento de Tireoide afirma que não possui fundamento considerar esse tratamento como dopping.
- De uma maneira geral os departamentos médicos de clubes e federações esportivas tem se especializado cada vez mais. Por exemplo, no futebol o departamento hoje em dia tem toda uma estrutura, com fisiologistas, fisioterapeutas, professores de educação física, ortopedistas, médicos clínicos, cardiologistas, médicos especializados em medicina do exercício.



www.facebook.com/diainternacionaldatireoide



www.tireoide.org.br

