

SELÊNIO E IODO NO TRATAMENTO DO HIPOTIREOIDISMO

Jaqueline Brassêro de ANDRADE¹
Bruna de Oliveira Alves FERREIRA²
Amanda Letícia ANTONIO³
Elisandra de Mello DÉO⁴

RESUMO

INTRODUÇÃO: A tireóide é uma glândula localizada no pescoço, logo abaixo da proeminência laríngea e acima da traquéia. E a mesma é responsável pela produção de hormônios, tendo como principais hormônios produzidos o T3 e T4 compostos por iodo. Os hormônios tireoidianos têm influência em todo organismo controlando e promovendo seu bom funcionamento. Uma disfunção na tireóide pode ocorrer hipertireoidismo ou hipotireoidismo, que atinge 90% das mulheres e sua incidência aumenta com a idade. O hipotireoidismo é uma doença autoimune, onde o sistema imunológico ataca a glândula tireóide resultando em uma inflamação crônica, causando uma diminuição na produção de hormônios circulantes da tireóide, desestabilizando o organismo e suas funções. **OBJETIVO:** O objetivo deste estudo foi analisar a importância do selênio e do iodo no tratamento do hipotireoidismo. **METODOLOGIA:** Para desenvolvimento deste trabalho foram realizados estudos de artigos científicos, tendo como base dados em livros de dietoterapia. **RESULTADO:** Vários estudos demonstram que a ingestão adequada de iodo e selênio são fundamentais no tratamento do hipotireoidismo, estimulando a produção da tireóide, aumentando a capacidade de deiodizar T4 em T3 e fortalecendo o sistema imune. Sendo assim é de suma importância o acompanhamento nutricional com o profissional nutricionista, devidamente qualificado para manter a ingestão adequada destes nutrientes para uma melhor qualidade de vida, e sendo fundamental no tratamento do hipotireoidismo. **CONCLUSÃO:** Conclui-se, portanto que o iodo e o selênio são essenciais no tratamento do hipotireoidismo, pois atuam estimulando a produção de hormônios, o que diminui os distúrbios da tireóide, melhorando assim o funcionamento do organismo e seu metabolismo.

Palavras-chave: Iodo. Selênio. Hipotireoidismo. Hormônio.

¹jak_andrade2012@hotmail.com

²bru-ferreira12@oulook.com

³amandaleticiaantonio@gmail.com

⁴sd.deo@uol.com.br