

HIPOTIREOIDISMO OU DEPRESSÃO?

Dr. Régis Cavini Ferreira

Você está deprimido? Ou sofre de hipotireodismo?

Estas são perguntas relevantes, particularmente se você se sentir cansado, triste, desmotivado, sem disposição ou ânimo para as coisas mais comuns, com embotamento do raciocínio, perda da capacidade de concentração, distúrbios de memória e perturbações do ritmo normal do sono, além de alterações importantes de seu comportamento alimentar.

Será depressão ou hipotireoidismo?

O valor dos antidepressivos não pode ser negado: são frutos de intensa e séria pesquisa realizada em diversos centros ao redor do mundo e têm contribuído para a melhoria da qualidade de vida de inumeráveis pessoas. Seu uso, no entanto, deve ser criterioso e sua indicação deve ser feita com cuidado e precisão. Isto porque **depressão e hipotireoidismo se apresentam com quadros clínicos muito semelhantes, tornando muitas vezes difícil o diagnóstico diferencial entre eles.** Este deve ser feito cuidadosamente, antes de se tomar a iniciativa de fazer uso de um psicofármaco.

Depressão ou hipotireoidismo?

Além dos sintomas acima referidos, o hipotireoidismo também se manifesta por outros sinais e sintomas tais como: pele seca, grossa e áspera, unhas quebradiças, cabelos secos, grossos e sem brilho, freqüentemente com intensa queda, sensação de "inchaços" pelo corpo, maior sensibilidade ao frio, obstipação intestinal (prisão de ventre) e expressão facial de uma tristeza indefinida, como se o paciente apresentasse um profundo cansaço. São comuns irregularidades menstruais (encurtamento do intervalo entre as menstruações e aumento do volume do fluxo menstrual), tensão pré-menstrual (TPM) assim como redução da libido e certo grau de impotência nos homens. A infertilidade também pode ocorrer pelos distúrbios de ovulação e da produção de espermatozóides.

Na depressão, por outro lado, existe a ideação de morte: tristeza profunda; a sensação de que nada mais tem sentido na vida com conseqüente vontade de morrer; o desejo de cometer suicídio e, muitas vezes, antecedentes variados de tentativas mal sucedidas.

O problema é que não existem testes de laboratório que confirmem objetivamente, sem qualquer sombra de dúvida, a existência de depressão. Alguns testes podem ser usados (teste de supressão com a dexametasona oral e o teste de estímulo com TRH endovenoso), que servem como subsídios para o diagnóstico, funcionando como marcadores do estado depressivo. Alguns questionários podem ser usados, tais como o Inventário Beck de Depressão (BDI) na tentativa de se identificar o mal e estabelecer seus graus de intensidade através da atribuição de valores (escores) que representam a intensidade do distúrbio. No entanto, seus resultados devem ser interpretados com a devida cautela.

No caso do hipotireoidismo, é totalmente diferente. Inúmeros testes podem ser usados para o seu diagnóstico e sua causa. São testes, afinal, incorporados na rotina do dia-a-dia do médico. Alguns deles, mais sofisticados, são usados para se identificar a Disfunção Mínima da Tireóide (Hipotireoidismo Sub-Clínico), fase evolutiva da doença muitas vezes não identificada pelos exames de rotina, tais como dosagem do TSH, T3, T4, T4-livre e etc. Mesmo nessa disfunção, são comuns sintomas que podem sugerir formas leves de depressão.

Por isso é sempre válida a pergunta: depressão ou hipotireoidismo?

Afinal, se você estiver deprimido, além do uso de um antidepressivo, que pode se estender por longo tempo, a psicoterapia também é extremamente útil como recurso para combater este mal que aflige milhões de pessoas e **é considerado como a principal causa de suicídio no mundo.**

No caso do hipotireoidismo, por sua vez, a substituição hormonal à base de tiroxina é indicada como tratamento de escolha, por tempo indefinido, mas com resultados excelentes, consistentes e definitivos.

Consulte um médico!

Somente ele será capaz de avaliar cuidadosamente o seu quadro clínico, solicitar os exames adequados, estabelecer o diagnóstico correto e definir qual será a melhor alternativa de tratamento a ser indicada.