

¿Toma medicamentos para la tiroides y aun así no se siente bien?

Haga la siguiente prueba para ver si tiene factores que puedan interferir con el funcionamiento de su medicamento para la tiroides.* Una vez que haya terminado, hable con su médico para ver si es momento de considerar otra opción.

Rodee con un círculo Sí o No

1. ¿Tiene alergia o intolerancia a algún alimento o fármaco?	Sí	No
2. ¿Toma un inhibidor de la bomba de protones (IBP) para el reflujo ácido (ERGE)?	Sí	No
3. ¿Padece infección por <i>H. pylori</i> ?	Sí	No
4. ¿Padece una enfermedad inflamatoria intestinal, como colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn?	Sí	No
5. ¿Tiene alguna restricción alimenticia (vegetarianismo, veganismo, etc.)?	Sí	No
6. ¿Consume productos de soja?	Sí	No
7. ¿Tiene problemas digestivos o irritación al beber alcohol?	Sí	No
8. ¿Tiene algún problema cuando come determinados alimentos (consulte la lista al dorso)?	Sí	No

Si respondió **sí** a cualquiera de las preguntas anteriores, su medicamento actual para el hipotiroidismo podría estar evitando que se sienta mejor. Pregúntele a su médico acerca de cómo encontrar un medicamento sea adecuado para usted.

Consulte la ficha técnica completa, incluida la advertencia especial, en www.Tirosint.com o www.TirosintSOL.com

*Adaptado de Bellastella y cols., EMPATHY: Nuevo instrumento para identificar la formulación de tiroxina más adecuada en pacientes hipotiroides. *Thyroid*. 2019;Vol 29(7):928-933.



Marque con un círculo cualquiera de los siguientes alimentos o bebidas con los que tenga problemas en caso de ingerirlos:

Alergia al níquel		Intolerancia a la lactosa	Intolerancia a la histamina		Intolerancia al ácido cítrico	Intolerancia al gluten/ enfermedad celíaca	Alergia al almidón de maíz
Frijoles	Maíz	Leche	Albúmina	Pescado fresco	Fresas	Pan	Bechamel
Lentejas	Harina de trigo integral	Yogur	Fresas	Pescado conservado	Kiwi	Pasta	Pudines
Guisantes	Productos enlatados	Lácteos	Melón	Espinacas	Cítricos	Pizza	Polenta
Espinacas		Queso	Plátano	Salchichas	Tomate		Cremas elaboradas con leche
Hongos			Cítricos	Mariscos	Vino		Salsas envasadas
Espárragos			Avellanas	Mariscos	Jugo de frutas		
Cebolla			Frutos secos	Bebida de cola	Pescado congelado		
Alcachofas o alcauciles			Chocolate	Vino	Mermeladas		
Repollo			Legumbres secas	Cerveza	Chocolate		
Tomate			Tomate	Productos enlatados			