



## Bocio



### ¿Qué es?

El bocio es el aumento del tamaño de la glándula tiroides.

El tiroides es una glándula situada en la parte anterior del cuello, encargada de regular el metabolismo de la mayoría de los tejidos del organismo produciendo dos hormonas: T3 y T4. Tiene un papel muy importante en el consumo de energía y en el crecimiento. Para la fabricación de estas hormonas se necesita yodo, por lo que es muy importante asegurar una correcta ingesta de este elemento en la dieta.

La hormona estimulante del tiroides (TSH), producida por una glándula del cerebro llamada hipófisis, se encarga de regular la producción de T3 y T4. Es la responsable de  cuánta hormona tiroidea (T3 y T4) es necesario fabricar, en función de las necesidades del cuerpo.

Si existe un exceso de hormonas tiroideas, la TSH bajará para disminuir la fabricación de hormonas tiroideas. Si, por el contrario, hay un déficit de estas hormonas, aumentará para tratar de producir más.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Externamente se ve un aumento del tamaño del cuello en la parte central y anterior. Si aumenta mucho se puede producir ronquera (por compresión de la laringe, donde están las cuerdas vocales) o dificultad para tragar e incluso para respirar.

### ¿Qué se puede hacer? ¿Cuándo se debe consultar?

Siempre que se identifique un aumento del tamaño del cuello o un bulto se recomienda acudir al pediatra.

### ¿Cuáles son las causas?

**La causa más frecuente del bocio es el hipotiroidismo.** Cuando el tiroides no funciona adecuadamente, la TSH aumenta y produce un crecimiento del tamaño de la glándula que trata de compensar su actividad para producir más cantidad de hormonas.

Otra causa del bocio es el déficit de yodo, hoy en día infrecuente en nuestro país. Sin embargo, el bocio por falta de yodo sigue siendo común en las zonas de alta montaña o con pocos recursos económicos. La ingesta de yodo en la dieta en estos lugares no es suficiente para la producción de hormonas tiroideas. En los países desarrollados los alimentos se refuerzan para asegurar la adecuada ingesta de yodo que necesita nuestro cuerpo, por ejemplo con sal yodada.

Otra de las causas de bocio es como consecuencia de un hipotiroidismo provocado por una **tiroiditis autoinmune**. ¿Qué quiere decir autoinmune? Algunos de los anticuerpos del sistema inmunológico, que habitualmente deben luchar contra agentes externos como virus y bacterias, entre otros, dañan nuestro propio tiroides, impidiendo que funcione adecuadamente.

### ¿Cómo se diagnostica?

El pediatra realizará una historia clínica para valorar si existen síntomas acompañantes de [hipotiroidismo](#), ronquera o dificultad para tragar. En la exploración, la palpación del cuello ayuda a determinar el tamaño y la consistencia del tiroides.

En los casos de bocio, además de un análisis de sangre, es necesario realizar una ecografía para comprobar y cuantificar el aumento de tamaño de la glándula y descartar así otras enfermedades más raras que pueden también aumentar su tamaño.

### **¿Cómo puede prevenirse?**

Una de las mejores maneras de prevenir el bocio por falta de yodo **es aderezar las comidas con sal yodada**. Salvo indicación médica, es recomendable consumir sal yodada para asegurar que nuestro cuerpo dispone de suficiente cantidad de yodo para poder fabricar hormonas tiroideas.

Para las demás causas de bocio no existen medidas preventivas.

### **¿Cómo se trata?**

El tratamiento depende de la causa que lo produzca. Si hay hipotiroidismo, consiste en la administración de hormona tiroidea o T4 en forma de pastilla. Es un fármaco sin efectos secundarios que hay que tomar una vez al día, preferiblemente en ayunas para asegurar que se absorba adecuadamente.

Artículo publicado el 20-6-2016, revisado por última vez el 5-6-2016

**La información ofrecida en En Familia no debe usarse como sustituta de la relación con su pediatra, quien, en función de las circunstancias individuales de cada niño o adolescente, puede indicar recomendaciones diferentes a las generales aquí señaladas.**

---

Este texto, perteneciente a la [Asociación Española de Pediatría](#), está disponible bajo la [licencia Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 3.0 España](#).

**Más referencias sobre el tema e información sobre los autores en:**

<https://enfamilia.aeped.es/temas-salud/bocio>