

La acromegalia y la salud

Guía para las personas con acromegalia

Saber lo que está pasando es un paso clave para encontrar soluciones



Quizás al principio haya sentido alivio cuando le diagnosticaron acromegalia. O bien podría haber sentido lo contrario, si el diagnóstico se produjo de repente sin ninguna señal de advertencia de los síntomas.

De cualquier manera, enterarse de que tiene acromegalia ha sido clave para poder recibir tratamiento.

Esta guía repasa brevemente qué es la acromegalia, qué impacto tiene en su cuerpo y su salud general y cómo este conocimiento podría ayudarle a obtener el apoyo que necesite, cuando lo necesite.

No se puede negar que aprender a vivir bien con acromegalia puede ser un proceso largo. Pero confiamos que junto con el resto de la serie de Acroline™, esta guía le proporcionará un esquema útil para ayudarle en el camino.

Contenido

<i>¿Qué es la acromegalia?</i>	3
Un breve recordatorio sobre la causa, signos y síntomas de la enfermedad.	
<i>Descripción general de los controles médicos</i>	9
Un resumen de los distintos controles médicos que puede necesitar para ayudarle a manejar la acromegalia y los trastornos relacionados.	
<i>¿Cómo puede afectar la acromegalia a la salud?</i>	11
Una mirada más detallada a las formas en que la acromegalia puede afectar su cuerpo y su salud general y qué se puede hacer al respecto.	
Azúcar en la sangre y diabetes	11
Cambios en el cuerpo	15
Huesos y articulaciones	17
Salud intestinal y del colon	19
Salud cardíaca	23
Sistema inmunitario, infecciones y COVID-19	25
Salud mental	27
Impulso sexual, metabolismo, fertilidad y embarazo	29
Sueño y apnea del sueño	31
Visión	33

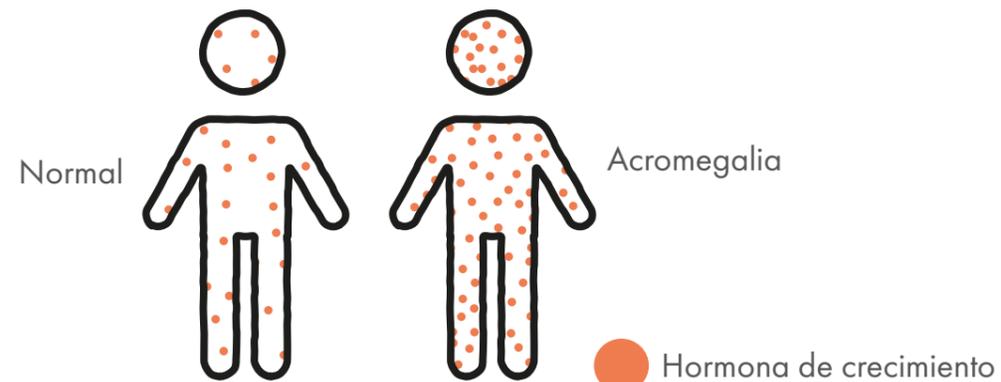
Nota importante: La respuesta de su cuerpo a la acromegalia será tan única como lo es usted; el hecho de mencionar algo aquí no significa que esto le vaya a afectar. Consulte con el equipo de atención médica acerca de las condiciones y los enfoques de manejo que pueden ser pertinentes en su caso.

¿Qué es la acromegalia?

Un recordatorio sobre la causa, signos y síntomas de la enfermedad

Se trata principalmente de la hormona de crecimiento

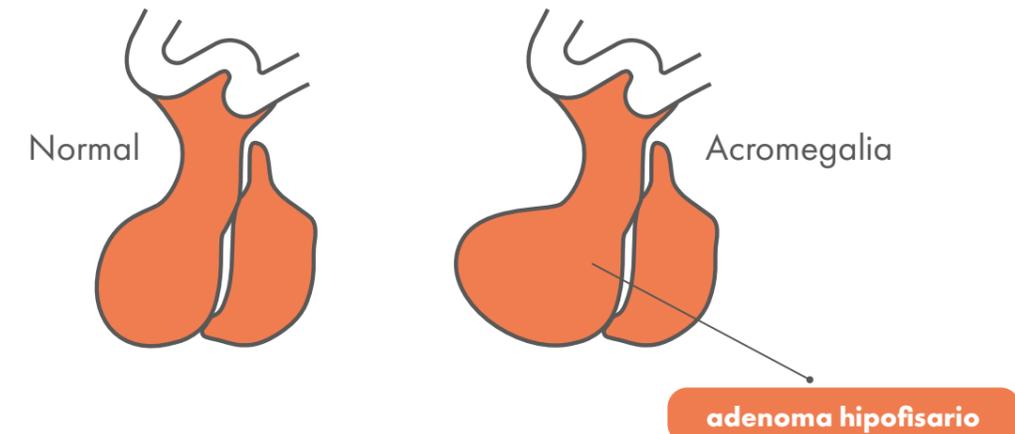
La acromegalia es causada por un exceso de la hormona de crecimiento^{1,2}



HORMONAS³

Las hormonas son sustancias químicas que actúan como mensajeros en el cuerpo. Una vez fabricadas en una zona del cuerpo, estas viajan a otras partes del cuerpo y controlan el funcionamiento de las células y los órganos.

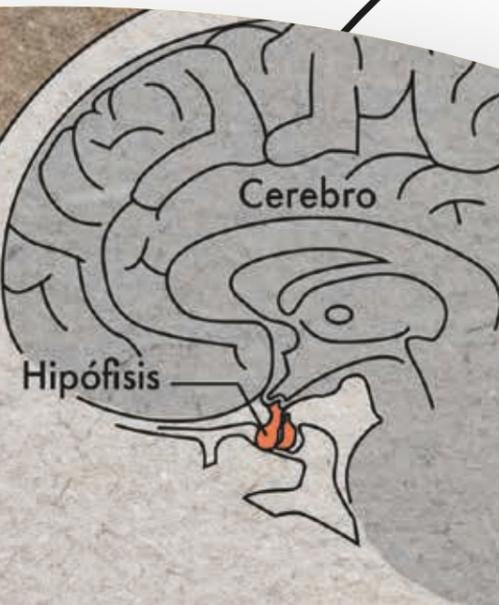
En la mayoría de las personas con acromegalia, este exceso de hormona de crecimiento es causado por un crecimiento excesivo de tejido en la hipófisis.¹



Este **crecimiento excesivo de tejido** se conoce como adenoma hipofisario (un tipo de tumor benigno que causa acromegalia pero que no se extiende a otras partes del cuerpo).^{2,3}

¿Dónde se encuentra la hipófisis?⁴

La hipófisis cuelga justo debajo del cerebro cerca de la parte trasera de la cavidad nasal.



¿Qué impacto puede tener la acromegalia?

La acromegalia puede causar signos y síntomas en los dos casos siguientes:¹

1. Un exceso de hormona de crecimiento¹
2. Un crecimiento excesivo de tejido cerca del cerebro y del nervio óptico (que envía señales desde el ojo al cerebro)

1. ¿Qué hace un exceso de hormona de crecimiento al cuerpo?

La hormona de crecimiento se desplaza por todo el cuerpo y hace que este produzca una sustancia llamada IGF-1³.

La hormona de crecimiento hace que se produzca el IGF-1

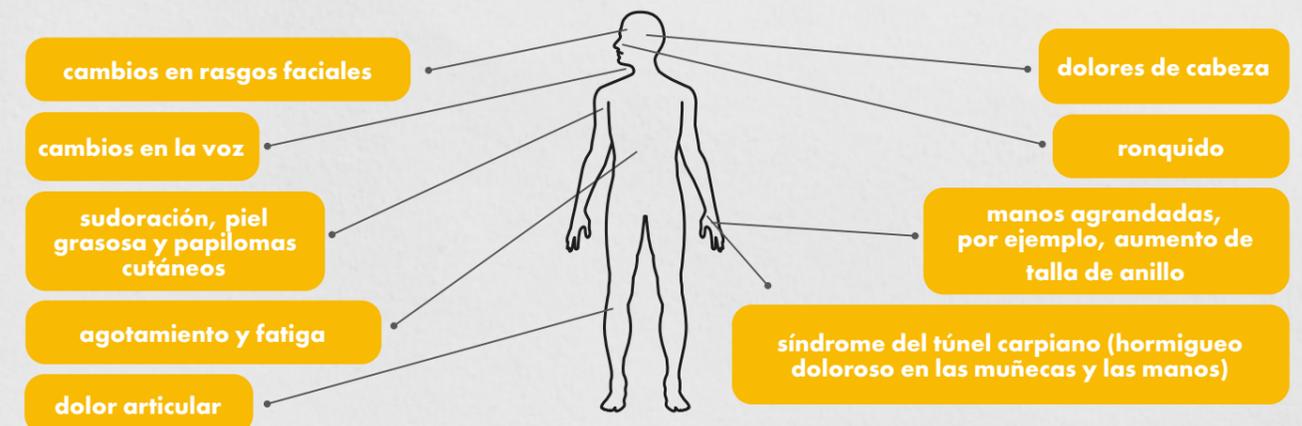
Hormona de crecimiento



IGF-1



En una persona que no tiene acromegalia, el IGF-1 ayuda al crecimiento, influyendo en la forma como el cuerpo utiliza y almacena proteínas, carbohidratos y grasas. Pero cuando la cantidad es excesiva, este puede causar todo tipo de cambios corporales y síntomas¹:



Tenga en cuenta: Los síntomas de la acromegalia pueden variar mucho de una persona a otra, y la lista que se presenta aquí no es exhaustiva.

¿Qué es IGF-1?

IGF-1 se pronuncia **i ge efe uno** y es el nombre corto de la hormona llamada factor de crecimiento similar a la insulina tipo 1. Este se puede medir mediante una prueba de sangre. Las pruebas de sangre para la detección de IGF-1 son la forma clave de hacer el seguimiento a la acromegalia y su respuesta al tratamiento. Mientras que los niveles de la hormona de crecimiento fluctúan naturalmente a lo largo del día² (en función del consumo de alimentos y bebidas), el IGF-1 permanece relativamente constante todo el día.

2. ¿Qué hace un crecimiento excesivo de tejido de adenoma hipofisario?

Ya que la hipófisis se encuentra justo debajo del cerebro y junto al nervio óptico⁴, un adenoma hipofisario puede causar:



Dolores de cabeza

- ▶ Estos pueden variar en intensidad y duración y pueden ser mucho más fuertes que un dolor de cabeza normal¹



Pérdida de visión

- ▶ La masa del adenoma hipofisario algunas veces puede crecer alrededor del nervio que conecta los ojos con el cerebro ocasionando pérdida de visión, lo cual puede ser reversible mediante tratamiento¹



Cambios en los niveles normales de otras hormonas

- ▶ Además de producir la hormona de crecimiento, la hipófisis también es necesaria para ayudar a mantener los niveles apropiados de otras hormonas en su cuerpo
- ▶ Estas tienen funciones de apoyo a la tiroides (y al índice metabólico), el impulso sexual y la fertilidad, entre otras^{3,6}

¿Cuánto tiempo durará la acromegalia?

Aunque una gran parte de las personas con acromegalia pueden lograr un control estable del adenoma hipofisario con tratamiento, la enfermedad se considera de por vida¹.

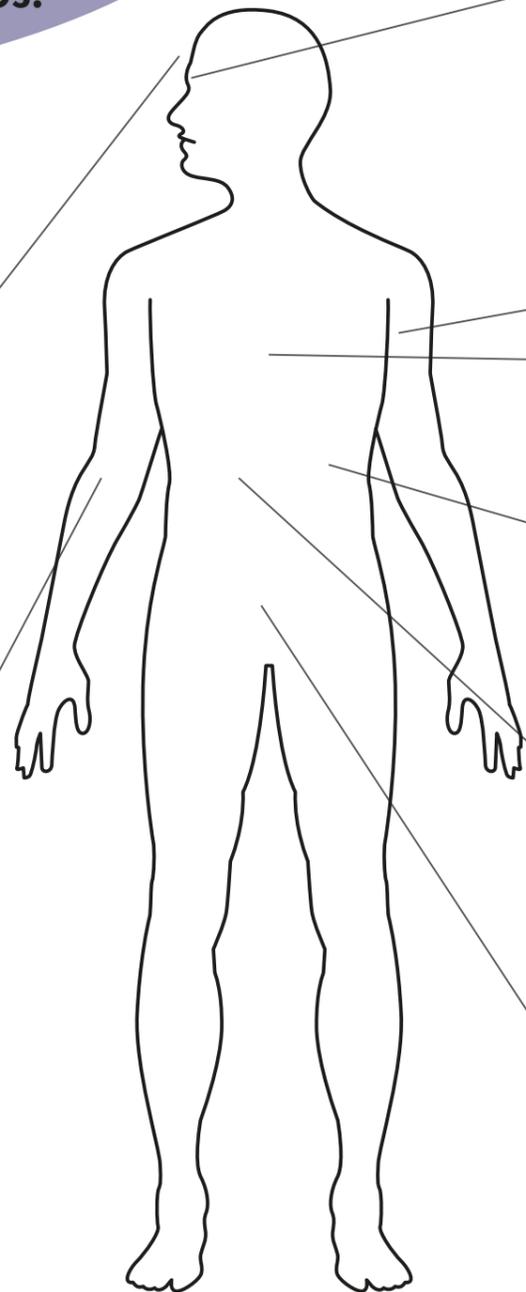
Esto se debe a que, incluso con un tratamiento exitoso, el adenoma hipofisario puede eventualmente volver a crecer; seguramente le recomendarán controles periódicos a lo largo de la vida.⁵

Tenga en cuenta: Aceptar la prolongada naturaleza de la acromegalia, de su tratamiento y su impacto en su vida puede ser difícil. Consulte con el equipo de atención médica si tiene alguna inquietud sobre cómo lidiar con ello. Tal vez sea posible que le remitan a un psicólogo clínico o de la salud que pueda ayudarle a abordar y a manejar sus preocupaciones.

Descripción general de los controles médicos

Resumen de la variedad de controles médicos regulares y periódicos que podría necesitar para ayudar a controlar la acromegalia y cualquier trastorno que sea consecuencia de la misma⁶: en el resto de la guía encontrará más información acerca de cada uno de estos.

Nota importante: La respuesta de su cuerpo a la acromegalia será tan única como lo es usted; el hecho de mencionar algo aquí no significa que esto le vaya a afectar. Consulte con el equipo de atención médica acerca de las condiciones y los enfoques de manejo que pueden ser pertinentes en su caso.



Control del sueño

- ▶ Un cuestionario acerca de cualquier somnolencia diurna o someterse a un estudio de sueño nocturno tras el diagnóstico o antes de una cirugía (si el equipo de atención médica considera que puede tener apnea del sueño, **consulte la página 31**)

Pruebas de sangre

- ▶ Control del IGF-1 Tras el diagnóstico, a lo largo del tratamiento y periódicamente a partir de ese momento²
- ▶ Control de la glucosa: Prueba de glucosa en sangre cada 6 meses si sus niveles del IGF-1 son superiores a los normales, si está recibiendo determinados tipos de tratamientos para la acromegalia o si tiene diabetes (**consulte la página 11**)
- ▶ Control del impulso sexual, la fertilidad y la hormona tiroidea: Cada año (**consulte la página 29**)
- ▶ Control del cortisol: Podría necesitar una prueba de sangre entre las 8 y las 9 de la mañana si el equipo de atención médica cree que usted pueda tener una insuficiencia de la hormona estimulante del cortisol (**consulte la página 29**)

Prueba ocular¹

- ▶ Revisar su visión si el equipo de atención médica considera que el adenoma hipofisario puede estar afectándola (**consulte la página 33**)

Control de la presión arterial

- ▶ Tras el diagnóstico (**consulte la página 23**)
- ▶ Cada 6 meses
- ▶ Cuando se cambie algún antihipertensivo (tratamiento para la hipertensión)

Ecocardiograma y ECG (electrocardiograma) para controlar la salud cardíaca

- ▶ Tras el diagnóstico (**consulte la página 23**)
- ▶ Cada año, en caso de anomalía

Control de calidad de vida

- ▶ Cuestionario AcroQoL: Cada año (**consulte la página 27**)

Control del intestino⁶

- ▶ Colonoscopia: Cada 3 a 10 años (**consulte la página 19**)

Imágenes diagnósticas

- ▶ Imágenes diagnósticas IRM/TC tras el diagnóstico, alrededor de la fecha de la cirugía y periódicamente según sea necesario para el control del adenoma hipofisario^{1,7}
- ▶ La densitometría ósea para revisar la densidad mineral ósea cada 2 años (**consulte la página 17**)
- ▶ Radiografía de tórax y columna vertebral cada año, especialmente si ha tenido una disminución de la densidad mineral ósea (**consulte la página 17**)

¿Cómo puede la acromegalia afectar la salud?

Una mirada más detallada a varias de las principales formas en que la acromegalia puede afectar su cuerpo y su salud general, su frecuencia, los signos y síntomas a tener en cuenta y qué se puede hacer al respecto

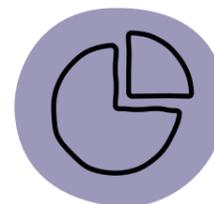
Azúcar en la sangre y diabetes

Vigilar la forma como su cuerpo responde a y procesa el azúcar



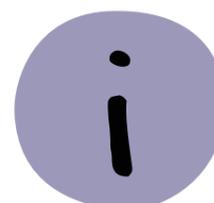
¿Cuáles son los posibles problemas?

Deterioro de la capacidad para procesar eficazmente la glucosa de los alimentos y las bebidas que consume, generalmente porque su cuerpo ha desarrollado resistencia a la hormona insulina¹.



¿Qué tan comunes son estos problemas?

Tres a cinco de cada diez personas a las que se les diagnostica acromegalia desarrollarán resistencia a la insulina a un nivel que puede derivar en diabetes.^{1,2,6,7}

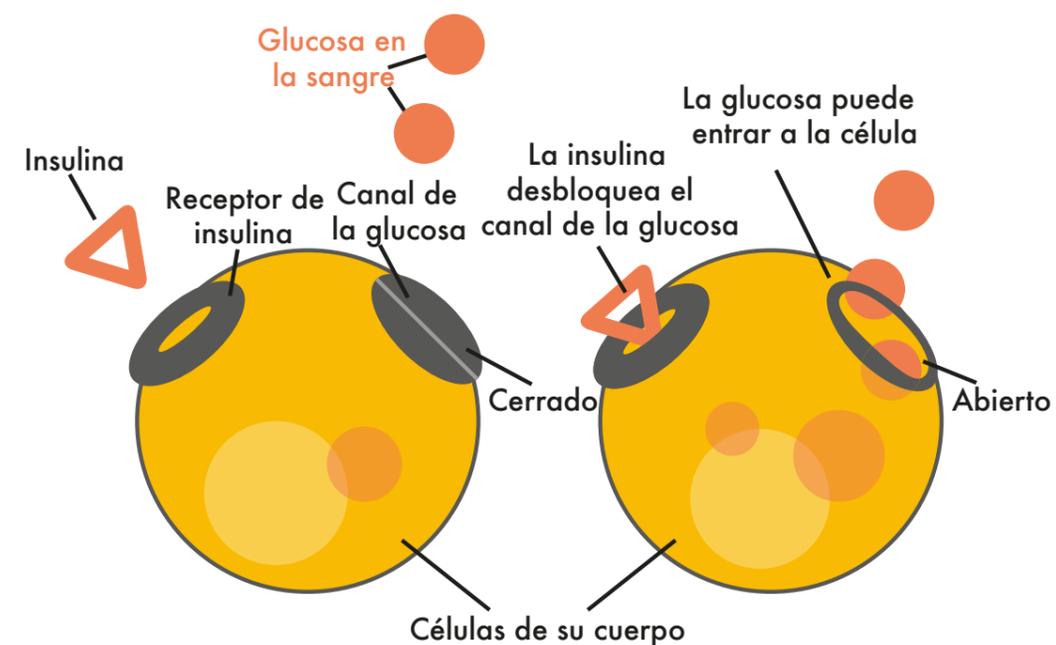


¿Qué es la resistencia a la insulina?

La insulina es un mensajero químico que ordena a partes de su cuerpo absorber glucosa. Si tiene resistencia a la insulina, su cuerpo no escucha lo suficientemente bien a la insulina y parte de la glucosa permanece en la sangre. Un nivel de glucosa en sangre constantemente elevado puede llevar a otros trastornos de salud como hipertensión y problemas cardíacos¹ (**consulte la página 23**).



¿Cómo trabaja la insulina?⁹





¿Por qué puede suceder esto?^{1,2}

La resistencia a la insulina puede atribuirse a un exceso de la hormona de crecimiento. Además, algunos tratamientos médicos para la acromegalia pueden afectar la forma como su cuerpo procesa el azúcar, ya sea de forma provechosa o de una manera que pueda llevar a la resistencia a la insulina y la diabetes.



¿Cómo se vigila?

Si puede tener riesgo de resistencia a la insulina y diabetes, o si tiene síntomas de hiperglucemia, se le realizarán pruebas de sangre periódicas^{4,6,10} (cada seis meses aproximadamente). Estas podrían medir

el nivel de glucosa en sangre en ayunas (en cuyo caso tendrá que evitar ingerir alimentos o bebidas azucaradas durante ocho a diez horas antes de la prueba) o la prueba de HbA1c, un marcador en su sangre que muestra si los niveles de glucosa han sido elevados a lo largo del tiempo.^{6,8,10}



¿Cuáles son los síntomas?⁸

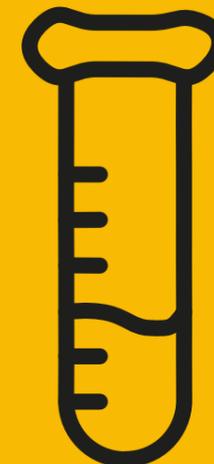
Es posible que no experimente ningún síntoma, aunque los signos más comunes de un exceso de glucosa en la sangre (hiperglucemia) son:

- ▶ aumento de la sed
- ▶ boca seca
- ▶ necesidad de orinar con frecuencia
- ▶ sensación de cansancio
- ▶ visión borrosa
- ▶ pérdida de peso involuntaria
- ▶ contraer infecciones frecuentemente (como aftas, cistitis e infecciones cutáneas)
- ▶ dolor de estómago
- ▶ sensación de náuseas y vómito
- ▶ aliento con olor a fruta



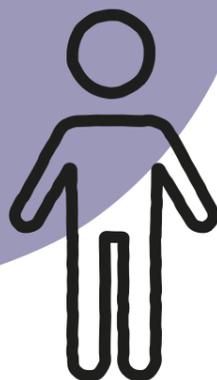
¿Qué se puede hacer al respecto?

Hay muchas formas de tratar la resistencia a la insulina y la diabetes y los propios tratamientos para la acromegalia pueden desempeñar una función en este sentido². El equipo de atención médica analizará esto con usted, al igual que el mejor enfoque a seguir de acuerdo con sus circunstancias.



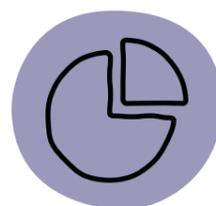
Cambios en el cuerpo

Evaluar los posibles cambios en su cuerpo y si esos cambios pueden ser de carácter permanente o transitorio



¿Cuáles son los posibles problemas? ¹

La acromegalia puede hacer que su cuerpo cambie de forma, especialmente en la zona de las manos, los pies, la nariz, los pómulos, la frente y los labios. Su piel también puede volverse más sudorosa (especialmente por la noche), grasa y densa, y es posible que desarrolle papilomas cutáneos con frecuencia. También podría desarrollar la enfermedad de Raynaud que produce dolor, entumecimiento o dificultad de movimiento en los dedos de los pies y manos, las orejas, la nariz, los labios o los pezones cuando siente frío o ansiedad.



¿Qué tan comunes son los cambios en el cuerpo?

Los cambios en el cuerpo y la inflamación son comunes en la acromegalia, especialmente si la enfermedad pasa desapercibida por varios años. Aproximadamente siete de cada diez personas con acromegalia tienen cambios en la piel; un tercio tienen la enfermedad de Raynaud ¹.



¿Por qué puede suceder esto?

Un exceso de hormona de crecimiento en su sangre puede, con el tiempo, actuar sobre los tejidos de su cuerpo para causar un crecimiento anormal. Esto suele comenzar con la inflamación de tejidos blandos en sus manos y pies. ¹



¿Cuáles son los síntomas? ¹

Puesto que los cambios son graduales, es posible que no los perciba. La inflamación de los tejidos blandos del cuerpo puede afectar la forma como utiliza sus articulaciones (**consulte la página 17**).



¿Cómo se vigila?

Es posible que le pidan completar de forma periódica un cuestionario sobre calidad de vida específico para la acromegalia, algunas veces denominado AcroQoL⁶, el cual realiza preguntas sobre la forma del cuerpo y la inflamación, entre otras cosas.



¿Qué se puede hacer al respecto?

La inflamación de los tejidos blandos puede disminuir con el tratamiento para la acromegalia; llevar sus niveles de IGF-1 a un rango normal para su edad y género es la mejor opción para lograrlo. Es importante tener en cuenta que algunos cambios en el cuerpo pueden ser más permanentes^{1,6}, en especial si los ha tenido por largo tiempo.



Estos pueden afectar cómo se siente con usted mismo y puede ser aún más difícil aceptarlos si son permanentes. Para obtener consejos prácticos y ayuda consulte la Guía de imagen personal, otro cuadernillo de la serie de Acroline™.

Huesos y articulaciones

Cuidar la función ósea y articular, y la salud



¿Cuáles son los posibles problemas?¹

Sus huesos y articulaciones pueden crecer y cambiar de composición de tal forma que sean más propensos al dolor o a las fracturas.

Si esto ocurre, es posible que afecte su mandíbula, dedos, columna vertebral, caja torácica, piernas y/o brazos. Además, las señales nerviosas desde y hacia sus extremidades pueden verse afectadas.



¿Qué tan comunes son los problemas articulares y óseos?

De diez personas con acromegalia:

- ▶ aproximadamente tres a siete tendrán dolor articular o muscular¹
- ▶ cuatro a cinco tendrán dolor de espalda¹
- ▶ seis tendrán fracturas en la parte superior de la espalda¹
- ▶ dos a ocho tendrán síndrome del túnel carpiano^{1,6} (hormigueo doloroso en las muñecas y las manos)



¿Por qué puede suceder esto?

La acromegalia y el hipopituitarismo (la producción deficiente de algunas hormonas producidas por la hipófisis) puede causar un cambio en la composición de sus huesos haciéndolos más frágiles. Los niveles elevados de la hormona de crecimiento y del IGF-1 contribuyen a la inflamación alrededor de las articulaciones y los nervios lo cual puede provocar el dolor articular y el síndrome del túnel carpiano, respectivamente.^{1,6}



¿Cuáles son los síntomas?

Puede notar cambios en la forma de su cuerpo o sentir dolor articular o muscular, especialmente en la zona de las rodillas, hombros, manos, muñecas o cadera¹. Si sus nervios están afectados,

puede tener sensaciones de hormigueo o dolor en sus extremidades.



¿Cómo se vigila?

Se pueden realizar métodos de imagenología ósea, generalmente, radiografías. Estas se realizan en una sola parte de su cuerpo, o una densitometría ósea para medir la densidad mineral ósea de un área más amplia. Estos controles probablemente se realicen en el momento del diagnóstico y cada uno o dos años aproximadamente, dependiendo de los registros anteriores y de si tiene o desarrolla hipopituitarismo o niveles de IGF-1 por encima de los esperados.⁶

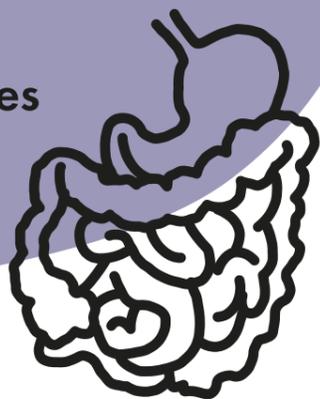


¿Qué se puede hacer al respecto?

El síndrome del túnel carpiano generalmente mejora con el tratamiento y la normalización de los niveles de IGF-1¹. Hay muchas maneras de tratar el dolor articular y muscular y de proteger y favorecer sus huesos; consulte al respecto con el equipo de atención médica.

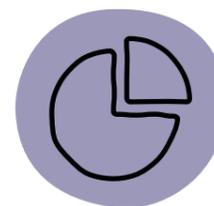
Salud intestinal y del colon

Buscar signos de problemas más graves



¿Cuáles son los posibles problemas?

Puede desarrollar pequeñas protuberancias en el revestimiento del intestino grueso, conocidas como pólipos intestinales o colónicos. En la mayoría de las personas estos son inocuos y no hay que preocuparse por ellos. Sin embargo, en un número reducido de casos, los pólipos colónicos pueden crecer más y volverse cancerosos y, por tanto, deben vigilarse periódicamente.^{1,6}



¿Qué tan comunes son los problemas intestinales?^{1,2,6,7}

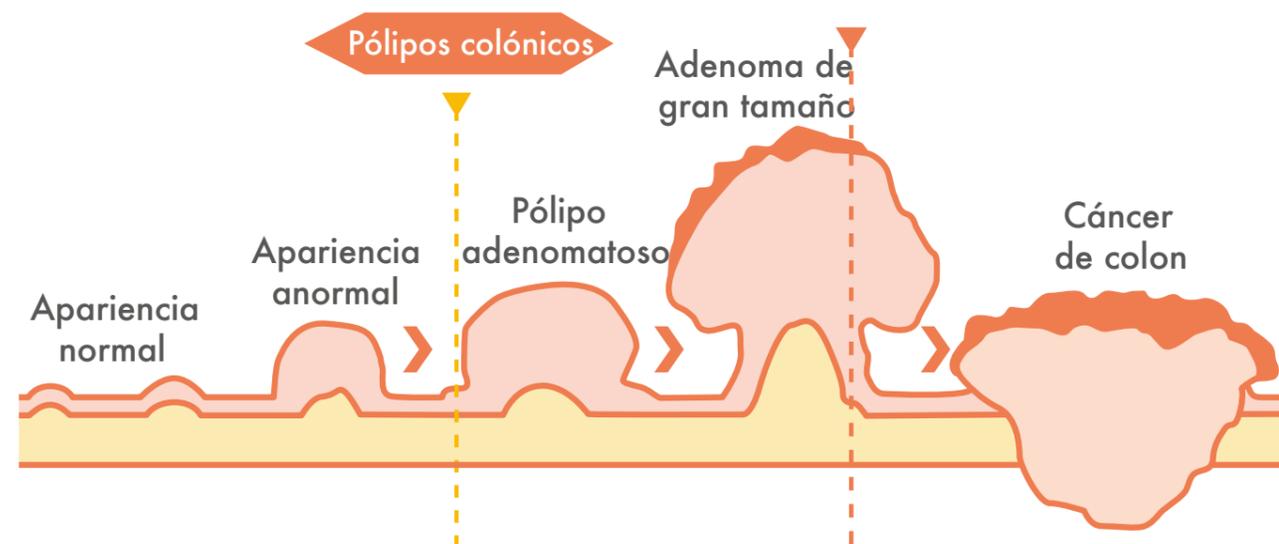
Hasta cinco de cada diez personas con acromegalia tienen pólipos colónicos, de los cuales menos de la cuarta parte se volverán adenomatosos (es decir, pólipos que tienen la posibilidad de convertirse en cáncer, **vea la ilustración de enfrente**). En comparación con alguien que no tenga acromegalia, usted puede tener una probabilidad dos a tres veces mayor de desarrollar cáncer de colon. Sin embargo, el riesgo de problemas graves derivados de esto es igual que el de la población general debido a que se le controlará regularmente.



¿Por qué puede suceder esto?⁶

No se sabe con certeza, pero es posible que un nivel de hormona de crecimiento superior al normal pueda favorecer el desarrollo de pólipos colónicos.

La posible evolución de un pólipo colónico a un cáncer de colon





¿Cuáles son los síntomas?

Los pólipos colónicos no suelen causar ningún síntoma¹¹ y solo se descubren durante el proceso de control. Algunas personas podrían experimentar lo siguiente:

- ▶ una pequeña cantidad de moco en las heces
- ▶ sangre en las heces
- ▶ diarrea o estreñimiento
- ▶ dolor o cólicos estomacales



¿Cómo se vigila?

A la mayoría de las personas con acromegalia se le recomendará una colonoscopia tras el diagnóstico. Si es mayor de 40, se le recomendará someterse a una colonoscopia cada tres a diez años⁶ dependiendo de las circunstancias personales y de cualquier pólipo encontrado anteriormente.



¿En qué consiste una colonoscopia?

Este procedimiento^{12,12a} generalmente es practicado en un hospital, bajo sedación o con analgésicos. Un tubo largo, estrecho y flexible con una cámara y luz se introduce por el recto y a lo largo del colon (intestino grueso). También tendrá que realizar lo que se conoce como 'preparación del intestino', un proceso previo de limpieza del intestino con alimentos especiales y/o laxantes.

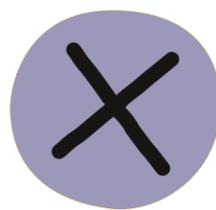


¿Qué se puede hacer al respecto?

Algunas veces el equipo de atención médica puede recomendar la extirpación de los pólipos; esto puede realizarse mediante cauterización¹¹ o corte de los mismos durante una colonoscopia, o es posible que se recomiende cirugía, por ejemplo, para extirpar la parte afectada del intestino. El equipo de atención médica analizará las opciones con usted y el mejor enfoque a seguir.

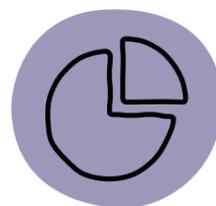
Salud cardíaca

Controlar su corazón y su sistema circulatorio



¿Cuáles son los posibles problemas?^{1,2,6,7}

Puede tener el corazón agrandado (conocido como hipertrofia miocárdica), cambios en la estructura y en la forma como su corazón bombea la sangre por el cuerpo, o presión arterial elevada (conocida como hipertensión). Todo esto puede conllevar complicaciones potencialmente graves como la insuficiencia cardíaca, por lo que deberá ser controlado y tratado apropiadamente.



¿Qué tan comunes son estos problemas cardíacos?^{1,6}

De cada diez personas con acromegalia: tres a seis tienen hipertensión y cerca de la mitad tiene un ritmo cardíaco anormal; tres de cada cien personas con acromegalia pueden desarrollar insuficiencia cardíaca.



¿Por qué puede suceder esto?¹

Los niveles elevados de la hormona de crecimiento en su sangre suelen ser la causa de un corazón agrandado¹. Estos también contribuyen a la resistencia a la insulina (**consulte en la página 11** más información al respecto), la cual puede hacer que su sangre retenga más sales y agua, incrementando su presión arterial.



¿Cuáles son los síntomas?¹³

Puede que no presente síntomas o puede que comience a sentirse sin aliento durante un ejercicio ligero o que experimente dolor en el pecho, entre otras cosas.



¿Cómo se vigila?^{6,14,15,16}

La presión arterial se mide colocando un brazalete alrededor del brazo que se infla y luego se desinfla. Puede que se le realice una sola medición o que necesite llevar un monitor que realice mediciones sucesivas a lo largo de un periodo de 24 horas (puede seguir con sus actividades como siempre). Su presión arterial se medirá periódicamente o si hay un cambio en el tratamiento que se le haya formulado para la presión arterial.

Existen otras dos pruebas principales de las afecciones cardíacas:

- ▶ Ecocardiograma
 - ~ Examina la forma y la estructura de su corazón
 - ~ Utiliza un dispositivo de ultrasonido y algunas almohadillas adhesivas con sensores que generalmente se colocan en el pecho
- ▶ Electrocardiograma (ECG)
 - ~ Examina la forma como late su corazón
 - ~ Este suele usar una cantidad de pequeñas almohadillas adhesivas con sensores que se colocan en sus brazos, piernas y pecho

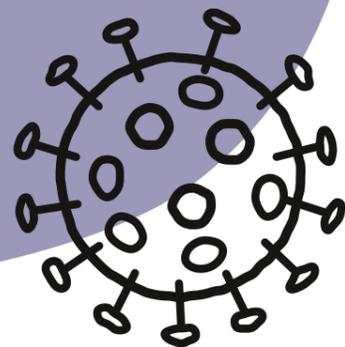


¿Qué se puede hacer al respecto?^{1,7}

Aunque algunos cambios en la estructura del corazón pueden ser permanentes, muchos de los problemas relacionados con la acromegalia pueden mejorar con un tratamiento exitoso y control de los niveles de IGF-1. Su médico general o familiar y los equipos de atención médica de cardiología y acromegalia hablarán con usted al respecto y acerca de cualquier tratamiento adicional que pueda necesitar, por ejemplo, para ayudar a bajar la presión arterial.

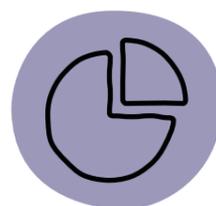
Sistema inmunitario, infecciones y COVID-19

Proteger contra las consecuencias de contraer una infección



¿Cuáles son los posibles problemas?^{17,20}

Si contrae una infección como el COVID-19, puede tener un mayor riesgo de complicaciones y consecuencias más graves para la salud. Además, algunos de los tratamientos para la acromegalia pueden interferir con los tratamientos que pueda necesitar para el COVID-19.



¿Qué tan comunes son las complicaciones por la infección?¹⁸

Las complicaciones por la infección del COVID-19 se relacionan con otros problemas de salud asociados a la acromegalia. De cada diez personas que desarrollan complicaciones graves por COVID-19 en el mundo, aproximadamente tres tienen presión arterial alta y de tres a cinco tienen, por ejemplo, problemas cardíacos.



¿Por qué puede suceder esto?^{17,19}

Tener acromegalia puede afectar su sistema inmunitario y causar inflamación. Esto puede disminuir su capacidad de combatir las infecciones que entran en su cuerpo. Sin embargo, las principales causas de las complicaciones por infección en personas con acromegalia se deben a problemas de salud asociados; especialmente, las afecciones cardíacas, la presión arterial alta, la diabetes y la apnea del sueño.



¿Cuáles son los síntomas?^{18,21}

Los síntomas de las complicaciones por infección de COVID-19 incluyen dificultad respiratoria grave, respiración rápida y superficial, cansancio, somnolencia, confusión o sensación de desmayo.



¿Qué se puede hacer al respecto?^{22,23}

Se le puede recomendar que tome precauciones adicionales como aislamiento en casa o que considere la posibilidad de vacunarse luego de analizarlo con el equipo de atención médica. Esto puede ayudar a protegerle contra el COVID-19. Además, tratar con el equipo de atención médica cualquier otra condición de salud existente que pueda aumentar el riesgo de consecuencias graves del COVID-19, ayudaría a minimizar los peligros adicionales que estas condiciones pueden suponer.

Salud mental

Apoyo al bienestar emocional



¿Cuáles son los posibles problemas?

Vivir con la acromegalia y sus síntomas, y ni hablar de tener que someterse a todos los distintos tipos de revisiones y tratamientos de salud mencionados en esta guía, puede ser abrumador. Muchas personas pueden presentar problemas de salud mental como depresión, ansiedad y baja autoestima.^{2,7,24,25}



¿Por qué puede suceder esto?

La acromegalia y su manejo son en sí mismos fuente de tensión emocional considerable; además, los cambios hormonales causados por la condición y su tratamiento pueden afectar la capacidad de pensamiento, la personalidad y el comportamiento.²⁵



¿Cuáles son los síntomas?

Los problemas de salud mental afectan a cada persona de forma diferente.²⁶ Por ejemplo, es posible que sienta tristeza, ansiedad o pánico, que sienta más cansancio que de costumbre, o desesperanza, enojo o pensamientos autodestructivos.



¿Cómo se vigila?

El equipo de atención médica puede pedirle que complete un cuestionario tras su diagnóstico y cada año sucesivo. A veces conocido como AcroQoL^{6,27} (calidad de vida con acromegalia), el cuestionario pregunta sobre el impacto de los síntomas físicos y psicológicos en la calidad de vida diaria.



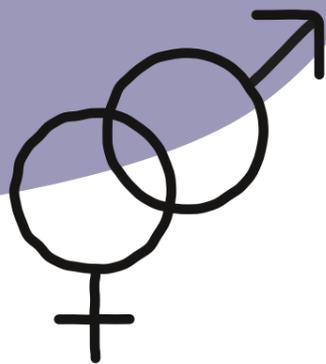
¿Qué se puede hacer al respecto?

Si siente que su bienestar mental está afectado de forma abrumadora, es importante que contemple la posibilidad de obtener ayuda profesional.²⁶

Su médico general o familiar, o cualquiera de los miembros del equipo de atención médica en su conjunto puede remitirle a una cita con un psiquiatra o un psicólogo de la salud. Ellos pueden ayudar a evaluar si necesita tratamiento psicológico adicional que puede darse en forma de medicación o de terapias cognitivo-conductuales.²⁸

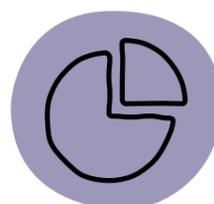
Impulso sexual, metabolismo, fertilidad y embarazo

Controlar y apoyar el equilibrio hormonal



¿Cuáles son los posibles síntomas?^{1,3,6,29}

Puede sentir cansancio inexplicable, sensibilidad al frío o aumento de peso. Puede sentir un deseo o interés sexual menor que el habitual. Las mujeres pueden tener periodos irregulares o no tenerlos. Si está buscando tener un bebé, puede que tenga dificultades para concebir.



¿Qué tan comunes son los problemas con los niveles hormonales?^{6,7}

Aproximadamente la mitad de las personas con acromegalia pueden tener niveles inferiores a los normales de las hormonas sexuales y de fertilidad (conocido como hipogonadismo); otros pueden tener niveles inferiores a los normales de las hormonas involucradas en el metabolismo, las hormonas de estimulación de la tiroides y el cortisol (conocidos como hipotiroidismo e hipoadrenalismo, respectivamente); y algunas personas presentan insuficiencia de todos los tipos de hormonas (conocido como panhipopituitarismo).



¿Por qué puede suceder esto?⁶

La hipófisis produce una serie de hormonas que afectan la función metabólica, sexual y de la fertilidad. La disminución en los niveles de estas hormonas puede ser el resultado de:

- ▶ el adenoma hipofisario presionando el tejido sano circundante
- ▶ el adenoma hipofisario produciendo un exceso de la hormona prolactina
- ▶ la radioterapia para extirpar el adenoma, la cual puede dañar el tejido sano



¿Cómo se vigila?⁶

Por lo general, este problema será atendido por el equipo de atención médica de endocrinología y/o ginecólogo. Es posible que tenga que realizarse pruebas de sangre periódicas para medir los niveles de las distintas hormonas en su cuerpo.

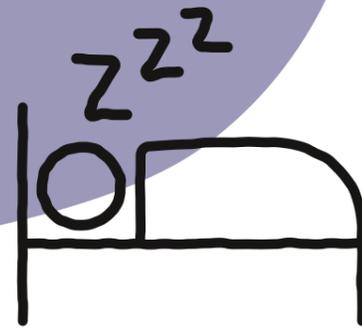


¿Qué se puede hacer al respecto?⁴

El efecto del adenoma sobre la producción de hormonas puede resolverse con el tratamiento. Si es necesario, se pueden tomar sustitutos de cada una de las hormonas. Estas suelen venir en una variedad de presentaciones, como tabletas o geles.

Sueño y apnea del sueño

Asegurar que su sueño sea eficaz



¿Cuáles son los posibles problemas?^{1,30}

Los ronquidos y la apnea del sueño, afección en la cual su respiración se detiene momentáneamente mientras duerme haciendo que su cuerpo se active varias veces por hora en la noche (aunque usted no note que se despierta). Esto puede tener un impacto en la salud de su corazón y su sistema circulatorio dando lugar a varios posibles problemas y afecciones cardíacas.



¿Qué tan común es la apnea del sueño?^{1,6}

Hasta ocho de cada diez personas diagnosticadas con acromegalia tienen también apnea del sueño.



¿Por qué puede suceder esto?^{1,2,6}

El aumento en los niveles de la hormona de crecimiento y del IGF-1 pueden provocar la inflamación de la lengua y de los tejidos blandos alrededor de la parte trasera de la garganta, haciendo que colapsen mientras duerme. Esto puede causar ronquidos inofensivos, pero también puede llevar a un problema más grave, la apnea del sueño.



¿Cuáles son los síntomas?

Usted o la persona con quien usted duerme puede notar que se despierta con frecuencia en la noche aparentemente ahogado o con falta de aire. También puede sentirse excesivamente somnoliento durante el día debido a la escasa calidad de sueño.



¿Cómo se vigila?

El equipo de atención médica puede hacerle preguntas sobre su sueño cuando le diagnostique y pedirle que llene un cuestionario al respecto.⁶

Si el equipo considera que usted tiene apnea del sueño posiblemente se le pida someterse a un estudio del sueño o polisomnografía, durante la cual pasará una noche en el hospital mientras analizan muchos aspectos de su sueño y respiración.



¿Qué se puede hacer al respecto?^{6,7,31}

Al igual que con muchos otros aspectos comúnmente relacionados con la acromegalia, la apnea del sueño generalmente mejora con tratamiento y normalización de los niveles del IGF-1, aunque puede persistir a pesar del tratamiento exitoso de la acromegalia y puede tratarse con una mascarilla especialmente adaptada que introduce un flujo continuo de aire por su nariz y garganta mientras duerme.

Visión

Vigilar la presión del adenoma hipofisario sobre el nervio óptico



¿Cuáles son los posibles problemas?¹

Cambios en la capacidad visual que pueden llevar potencialmente a la pérdida permanente de la visión si no se tratan.



¿Por qué puede suceder esto?¹

El adenoma hipofisario puede llegar a presionar el nervio óptico afectando su capacidad de enviar señales desde sus ojos a su cerebro.

Recuerde: El solo hecho de mencionar algo aquí no significa que esto le vaya a afectar. Consulte con el equipo de atención médica acerca de las condiciones y los enfoques de manejo que pueden ser pertinentes en su caso.



¿Cuáles son los síntomas?¹

Por lo general, la visión periférica media se ve afectada inicialmente. Con el tiempo, puede presentarse una pérdida mayor de la visión periférica exterior.



Apariencia normal



Visión periférica media afectada



Visión periférica exterior afectada

Esto puede hacer que tenga problemas para caminar en la oscuridad, se tropiece o perciba una cortina o tela de araña a los lados de su línea de visión.³² Algunas personas no perciben cambios en su visión y estos solo se pueden identificar mediante pruebas.



¿Cómo se vigila?^{1,7}

Examinando el campo visual (cuánto puede ver) y la agudeza visual (la claridad con la que puede ver) por medio de pruebas oculares realizadas por un optómetra u oftalmólogo.



¿Qué se puede hacer al respecto?^{1,7}

Los tratamientos de la acromegalia para extirpar o disminuir el tamaño del adenoma hipofisario pueden ayudarle a recuperar la visión si la ha perdido. Los resultados de las pruebas oculares pueden dar indicaciones de la evolución del tratamiento y también pueden verificar si el adenoma vuelve a crecer.

Acroline™

Ayuda para vivir bien con acromegalia

Creada en colaboración con un panel internacional compuesto por pacientes con acromegalia, grupos de apoyo para personas con acromegalia y psicólogos de la salud, Acroline™ es una serie de guías y herramientas de apoyo diseñadas para ayudar a sus pacientes a mantener el control de su vida y a vivir bien con acromegalia.

Títulos relacionados:

- ▶ Descripción general del plan de tratamiento
- ▶ Imagen personal
- ▶ Bienestar